LİAO YUQUN

GELENEKSEL ÇİN TIBBI

İlkelerini ve Uygulamalarını Anlamak

KAYNAK YAYINLARI

LİAO YUQUN

GELENEKSEL ÇİN TIBBI

İlkelerini ve Uygulamalarını Anlamak

KAYNAK YAYINLARI

Antik Çin uygarlığında astronomi, matematik, tarım ve tıp çok gelişmişti. Bugün Batılı bilimlerin asla yerini dolduramayacağı alanların başında geleneksel Çin tıbbı gelmektedir ve halen Çin halkının sağlığının korunmasında önemli bir yer tutmaktadır.

- Klasik bir tıp sistemi olan geleneksel Çin tıbbı varlığını nasıl sürdürebilmektedir?
- Geleneksel Çin tıbbı bir bilim mi yoksa sadece bir deneyimler bütünü müdür?
- Modern tıbbın yerine geçebilir mi?

Batı tıbbı, bedeni çevresinden ayrı bir varlık olarak ele alıp tedavi yöntemini bu şekilde belirlerken, geleneksel Çin tıbbı bedende evrensel yasaların işlediğini, bedenin evrensel unsurlarla etkileşim halinde olduğunu ve onun bir "küçük evren" olduğunu savunur.
Dünyanın birçok ülkesinde, geleneksel Çin tıbbı sayesinde hastalıklarından kurtulmuş yüz binlerce insan vardır.

Modern tıptan başka bir yöntemin işe yaramayacağına inananlar geleneksel Çin tıbbının "bilimsel" olmadığını iddia ederler.
Ancak, son 50 yılda tıp alanındaki gelişmelere bakıldığında, çok kısa denilebilecek bir süre içerisinde bu kavramların "bilimsel" düzlemde değerlendirileceğine inanmamak oldukça zordur...

TARİH
ISBN 978-975-343-983-1
9 789753 439831
₺16

KAYNAK YAYINLARI

LIAO YUQUN

GELENEKSEL ÇİN TIBBI

İlkelerini ve Uygulamalarını Anlamak

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ / 13

I
GELENEKSEL ÇİN TIBBINA BAKIŞ / 17
Geleneksel Çin Tıbbı Anlayışı / 17
Geleneksel Çin Tıbbının Düşünce Biçimi / 20
Geleneğin Oluşumu ve Dönüşümü / 25
Geleneksel Çin Tıbbını Anlamak / 30

II
GELENEKSEL ÇİN TIBBININ KLASİKLERİ / 39
Huang Di Nei Jing (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) / 39
Huang Di Ba Shi Yi Nan Jing (Sarı İmparator'un
81 Zorlu Konu Üzerine Kanunları) / 41
Shen Nong Ben Cao Jing (Tarım Tanrısının İlaç Bilimi Kuralları) / 43
Shang Han Za Bing Lun (Soğuk Hastalıklar ve
Çeşitli Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) / 44
Kitabın Derlenmesi ve Kanunların Geliştirilmesi / 45

III
GELENEKSEL ÇİN TIBBININ TEMEL TEORİSİ / 51
Yin-Yang ve Wu Xing Teorileri / 51
İç Organlar ve Göstergeleri / 57

Meridyenler ve Kollateraller / 61
Etiyoloji (Nedenbilim) / 66
Tanı / 70
Wang (muayene) / 70
Qie (nabız ölçme ve el ile muayene) / 72
Wen (dinleme ve koklama) ve Wen (tetkik) / 74
Akupunktur ve Moksibüsyon / 79
Reçeteler / 84
İçeriyi ve Dışarıyı Aynı Anda Tedavi Etmek / 90
İlaç Bilimi Teorisinin Oluşumu / 95
İlaç Bilimi Hakkında Önemli Kitaplar / 96
Shen Nong Ben Cao Jing (Tarım Tanrısının İlaç Bilim Kuralları) / 96
Ben Cao Jing Ji Zhu (İlaç Bilim Kurallarının Açıklaması) / 97
Xin Xiu Ben Cao (İlaç Bilim Kurallarının Yeniden Derlemesi) / 97
Zheng Lei Ben Cao (İlaç Bilim Üzerine Detaylı Çalışma) / 99
Ben Cao Gang Mu (Çin İlaç Bilimin İncelemesi) / 101
Farmakolojik Çalışmalar / 103
İlaç Yönetimi ve Satışı / 104
Otların İşlenmesi / 107
Ginsengin Öyküsü / 110
Yetersizliği Düzenleme ve Fazlalığı Temizleme Kavramı / 110
Ginseng'in Popüler Kullanımı / 112

VI
TARİHTE ÜNLÜ HEKİMLERİN ÖYKÜLERİ / 117
Bian Que / 117
Zhang Zhongjing ve Hua Tuo / 119
Wang Shuhe ve Huang Fumi / 122
Sun Simiao / 123
Jin ve Yuan Hanedanlıklarının Dört Büyük Okulu / 124
Zhang Jingyue / 127
Ye Tianshi / 128
Wang Qingren / 131

VII
GELENEKSEL ÇİN TIBBI VE HAYATI İYİLEŞTİRME / 137
Dört Mevsimde Hayatı İyileştirme / 138
Gıdalarla İlaçların Bütünlüğü / 1340
Spor ve Sağlık / 143
Shen Nong Ben Cao Jing / 144
Duygular ve Hastalıklar / 145

VIII
GELENEKSEL ÇİN TIBBININ MİRASI VE GELİŞİMİ / 151
Geleneksel Çin Tıbbı İçin Standart Bir Sistem Kurulması / 151
Geleneksel Çin Tıbbının Klinik Uygulamasında Gelişimler ve Yenilikler / 153
Geleneksel Çin Tıbbı ile Batı Tıbbının Bütünleştirilmesi ve
Geleneksel Çin Tıbbının Modernleşmesinin Teşvik Edilmesi / 155
Dünyada Geleneksel Çin Tıbbı / 157

ÖNSÖZ

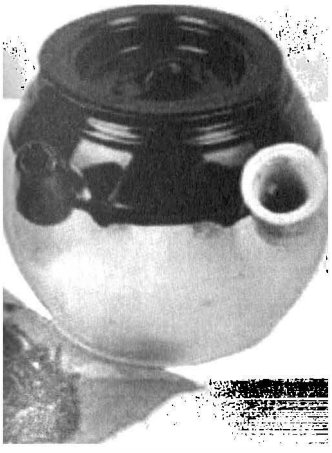
Antik Çin uygarlığında astronomi, aritmetik, tarım ve geleneksel Çin tıbbı (GÇT) iyi gelişmiş dört alan idi. Bazı insanlar bunların "bilim dalı" olduğunu reddetmiş olsa da bunlar genel olarak Çin geleneksel renkleriyle bilgi ve teknikler sistemi olarak kabul ediliyordu. Modern Çin'de, Batı tıbbında yer almayan GÇT bu dört alan arasında ayakta kalmış olup Çinli insanların hayatında hâlâ önemli bir rol oynamaktadır.

Gelişmiş bilimin katkısının olmadığı zamanlarda oluşmasına rağmen, modern sağlık hizmetlerinin hemen hemen her türlü medikal ihtiyacı karşılayabildiği günümüz toplumunda GÇT ayakta kalabildi mi? GÇT bir bilim midir yoksa deneyimler bütünü müdür? Kendi yolunda ilerleyebilir mi yoksa Batı tıbbı onun yerini mi alacaktır? Buna benzer sorular çoğu insanı ilgilendirmektedir.

Birçok insanın gözünde GÇT, binlerce yıl öncesine dayanan, teorilerini, deneyimlerini ve tekniklerini hep aynı kaynak olan "geleneklerden" alan bir medikal sistemdir. Bununla birlikte, GÇT ile tamamen zıt olan Batı tıbbı ülkede yayılmaya başladığında, bu yeni sistem akademiyi de etkisi altına almıştır. Bu, Çin tıp çevrelerinde bir "devrim" olarak görülmüştür. Aslında dikkatlice bakılırsa, GÇT'nin kendi tarihinde bir devrim

olduğunu görürüz. İrili ufaklı birçok devrimin ardından, bugünkü Çin tıbbı antik çağlardan büyük farkı olan "modern GÇT" haline gelmiştir. Neticede aynı toprakları paylaşıyor olmak, değişimleri dışarıda bırakmaz.

Diğer ülkelerdeki geleneksel tıp ile karşılaştırıldığında, Çin'de geleneksel tıp büyük gerilemeye uğramamıştır. Sosyal yaşam ve sağlık hizmetleri alanında her zaman varlığını sürdürmüş ve kendini göstermiştir. Bazıları GÇT'nin Batı tıbbıyla beraber ilerlediğini ifade ederken, yurtiçi ve yurtdışından birçok bilimadamı Batı tıbbının henüz tam olarak popüler hale gelmediğine inanmaktadır. Sonuç olarak, özellikle kırsal kesimlerde GÇT'ye tıbbın tamamlayıcı bir parçası olarak ihtiyaç duyulmaktadır. Ayrıca, GÇT'nin en popüler olduğu yerler gelişmiş büyük şehirler değildir. Buna paralel olarak, kırsal kesimde yaşayan birçok insan hastalandıkları zaman modern yöntemlerle tedavi görmeyi beklemektedir. Büyük şehirlerde ise insanlar, kimyasalların ve ilaçların olası toksik yan etkilerinden olduğu kadar tıbbi muayeneler sırasında oluşabilecek enfeksiyonlardan da korkmakta ve ameliyatları kolayca kabul etmemektedirler. Daha "doğal" yöntemlerle tedavi olmak umuduyla, GÇT içerisindeki alternatifleri tercih etmektedirler. Bu kaygı gün geçtikçe artmaktadır. Bu olgu modern çağımızdaki Çin'in geleneksel tıbbında bir "Rönesans" olarak görülebilir. Bu gereksinimlerin dışında, GÇT'nin Batı tıbbının tehditleriyle yok olmayacağını, ancak kendi özel rolünü oynamaya devam edeceğini öngörebiliriz.



I
GELENEKSEL ÇİN TIBBINA BAKIŞ

Geleneksel Çin Tıbbı Anlayışı

Çinli insanlar arasında geleneksel Çinli bir hekimi ziyaret etmeyen veya hayatında herhangi bir geleneksel tedaviyi denemeyen çok az insan vardır. Sağlıklı olan ve herhangi tıbbi bir tedavi görmeyenler bile GÇT'den haberdardır. Kendilerinin herhangi bir deneyimi olmamasına rağmen, sağlık sorunlarının çözümü için akrabalarına ve arkadaşlarına GÇT'yi tavsiye ederler. GÇT'nin bilimsel olmadığına inananlar da vardır. Fakat onlar da hastalandıkları ve modern tıptan fayda görmedikleri zaman fikirlerini değiştirerek GÇT'ye başvururlar.

Bu olgu son derece normaldir. "New York'taki Pekinliler" ve "Kazıntı" filmlerini düşünün. Bu olguları anlamakta sizlere yardımcı olacaktır. "New York'taki Pekinliler" filminde A-chun, eklem ağrılarından yakınan çocuğunu geleneksel Çinli bir hekimin tedavi etmesini isteyince, eski kocası tarafından çocuğuna eziyet etmekle suçlanır. Benzer bir durum, oğlunu tedavi etmek için kazıma terapisini kullanan babanın, oğlunun velayetinden mahrum kalmasını anlatan "Kazıntı" adlı filmde de görülür.

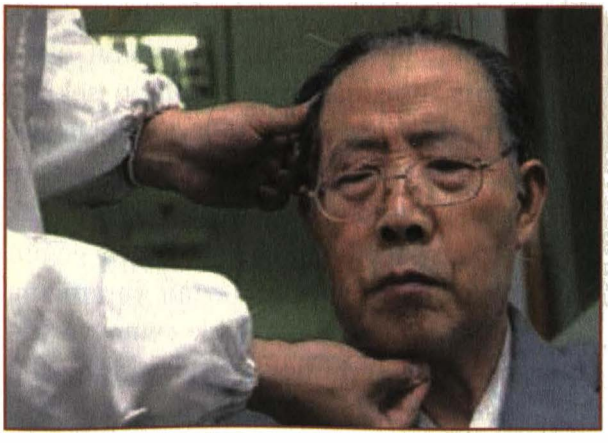
Geleneksel Çin Tıbbında kullanılan şifalı bitkiler

Sıyırma terapisi, halkın kullandığı bir şifa tekniğidir. Önceden yağa batırılmış bir nesnenin (manda boynuzu, yeşim taşı, bakır para, pürüzsüz seramik vs.) cilt yüzeyine yerleştirilmesi ve cilt koyu kırmızı bir renk alana kadar defalarca cilde sürülerek sıyrılması şeklinde olmaktadır. Sıyırma terapisi meridyenlerin düzenlenmesine, kan dolaşımının hızlanmasına, vücut direncinin artmasına, kötülüklerin kovulmasına, hastalıkların önlenmesine ve tedavi edilmesine yardımcı olur. Modern bilim sıyırma terapisinin kılcal damarları genişlettiğini, ter bezi salgılarını güçlendirdiğini ve kan dolaşımını hızlandırdığını kanıtlamıştır. Sıcak çarpması, kas ağrıları vb. rahatsızlıkların tedavisinde önemlidir.

Günümüzde Batı tıbbı, tıbbi sorunlarla başa çıkmak için kullanılan temel yöntemdir. O halde Çinliler neden hâlâ GÇT'ye inanmakta ve bitkisel karışımlar kullanmaktadırlar? Sözü geçen filmlerde de görüldüğü gibi, Çinliler Batı tıbbının Çin tıbbına karşı tutumunu neden anlayamamaktadırlar? Çinlilerin anlayışına göre bunun nedeni, GÇT'nin bir sistem olması ve hastalıkları tedavi edebilmesidir. Böyle bir anlayış kayda değerdir. İnsanların tüm bilgi ve düşünce alanlarına modern bilimin hükmettiği koşullarda, bu anlayış olmadan GÇT varlığını sürdüremez. Bu noktada, daha derin ele alınmayı hak eden bir soru belirir. Bu nedenle, tüm insanlar modern bilimi bilgi yapılanmasının temeli olarak ele alıp "bilim"e gönülden hayranlık duyarlarken, Çinliler GÇT'yi anlayabilirler.

Geleneksel şifalı bitkiler dükkânı

Çinlilerin GÇT'yi anlama nedeniyle ilgili yaygın ifade, Çin'in yüzölçümü bakımından geniş, nüfus olarak da kalabalık olmasıdır. Batı tıbbı Çin'e sunulduğunda, uzunca bir süre kırsal kesimin ve uzak bölgelerin sağlık hizmetlerindeki gereksinimi karşılanamamıştır. Bu nedenle GÇT daima bir destek olarak kalmıştır. Böyle bir olgunun yaygın olarak ka-



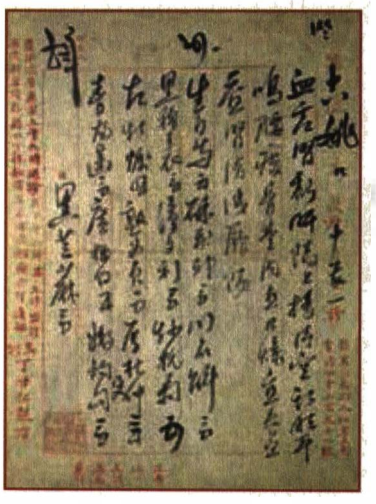
Akupunktur tedavisi

bul edilmesinin bir diğer nedeni de Çinli insanların tutucu olması ve geleneksel uygulamalara alışkın olmasıdır.

Bununla birlikte günümüzde yüzleştiğimiz gerçeklik, Çin tıbbının maliyetinin Batı tıbbından daha aşağıda olmadığıdır. Şu gayet açıktır ki, ekonomi bu tür bir eğilimi tam olarak açıklayamaz. Önemli bir noktanın farkına varılmalıdır. Modern tıp hastalıklara çare olma konusunda başarısızlığa uğradığında, insanlar genellikle bedeli ne olursa olsun GÇT'ye dönmektedirler.

Şüphesiz GÇT'nin işlevini yürütmesinin temelinde yatan sır "geri kalmışlık" değildir. Çünkü modern tıp her ne kadar gelişmiş teşhis yöntemlerini kullansa da daha az sayıda hastalığı tedavi edebilmektedir. Fizik, kimya ve faaliyet yöntemleri insan bedeninin doğal yapısını değiştirmek için yeterlidir fakat insanların yakalandığı hastalıklar daha da karmaşık hale gelmektedir. Modern tıbbın bu tür eksiklikleri, insan bedeninin doğal yapısının ve işlevinin yenilenmesinde etki göstermesi için GÇT'ye büyük bir alan sağlamaktadır.

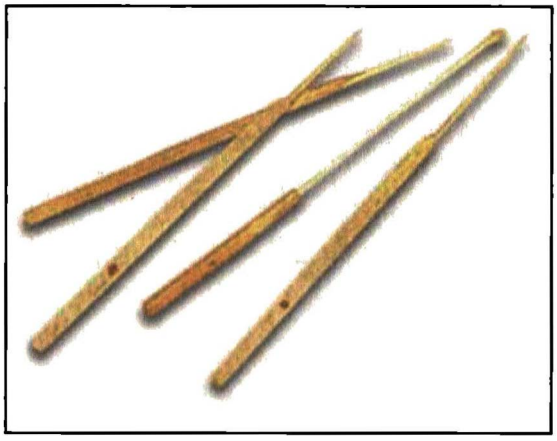
Geleneksel Çin Tıbbının Düşünce Biçimi



20. yüzyıl başlarında bir GÇT hekimi tarafından yazılan reçete

Antik çağların başında, farklı alanlardaki işgücü ile uzmanlaşmış bilgi ve beceri arasında keskin bir ayrım vardı. Bununla birlikte, insanın kendisiyle ilgili bilgi anlamında durum daha farklıydı. Antik çağın bilgeleri, "birbirine yakın olanların yapısına, uzak olanların şekline göre karşılaştırma yapma" yoluyla her şeyin anlaşılacağına dair düşüncenin etkisi altında, insan bedeninin küçük bir evren oluşturmasına karşın göğün ve kalbin büyük bir evren yarattığına inanıyorlardı. Bu büyük evren ve küçük evren birbiriyle iletişim ve etkileşim halindeydi. Taoizmin, "her şeyin doğal

yaşam ile uyumlu olması gerektiği" fikri de dünya ile büyük evrendeki her şeyin köken, gelişim ve ölüm anlamında uyumu temeline dayanıyordu. *Huang Di Nei Jing*'de (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları), dört mevsimde sağlığı iyileştirme düşüncesi, şüphesiz ki Taoizm teorisinden etkilenmişti. Dört mevsimde sağlığı iyileştirme düşüncesine göre, her şey baharda filizlenir, yazın gelişir, sonbaharda olgunlaşır ve kışın depolanır.



Han Hanedanının mezarından çıkarılan altın iğneler

Bu tarz bir benzetme; Çin tarihindeki çeşitli uygarlıklardan derlenen, özellikle teoriler oluşturan ve GÇT'nin terapötik yöntemlerini geliştiren tıp kitaplarında sıklıkla kullanılmıştır. GÇT'de kullanılan benzetmenin farkındalığı, GÇT'yi anlamanın anahtarıdır.

Zang xiang (iç organlar ve onların göstergeleri; örneğin, kalp yönetici organdır, dalak depo organıdır, karaciğer komutan, safra kesesi yargılayıp hüküm veren organdır) teorisine göre, iç organların işlevi, mahkeme sistemine benzer. Formülün bileşiminde kullanılan bitkiler yönetici, başkan, yardımcı ve rehber olmak üzere dört gruba ayrılır. Meridyenler[1] ve kollateraller[2] teorisine göre, kan dolaşımı ve çi[3] dünya üzerindeki akarsu ve göllere benzetilir. Hastalık ve tanı konusuna gelince; hastalık unsuru bedene girdiğinde, bedenin içinde ekstra bir boşluk bulunması gerektiğine inanılır. Hastalık unsurunu bedenden çıkarmanın yolu, bu ekstra boşluğun doldurulması için tedbir almaktır. "Sağlıklı *çi*'yi güçlendirme ve ilkel *çi*'yi besleme" yöntemi ile hastalık unsurunu yok etmek için gerekli olan terapi yöntemi bu düşünceye dayanılarak

1 Meridyenler: Enerjinin bedende izlediği yollar. (YN)
2 Kollateraller: Meridyenleri birbirine bağlayan ara kanallar. (YN)
3 Çi: Yaşam enerjisi anlamına gelir. Bu teoriye göre, bu yaşam enerjisi kanallarda ne kadar düzenli akarsa kişi o kadar sağlıklı, uyumlu ve enerjik olur. (YN)

Qing Hanedanlığı döneminde bir GÇT halk hekiminin özgün giysileri

geliştirilmiştir. İnsana rahatsızlık veren hastalıklar, yolu alüvyonlar ile tıkanan akarsuyun taşmasına benzetilir. Akıştaki durağanlığın giderilmesi ve sindirimin güçlendirilmesi için geliştirilen teori ve yöntemler, bu düşünceyle geliştirilmiştir. Patolojide, *chen xiang*[4] bitkisi suya atıldığında dibe battığı için, kanı ve çi'yi aşağıya doğru akması için yönlendirdiğine inanılırdı. Bununla birlikte, çiçekler bitkilerin üzerinde yetiştiği için, kanın ve çi'nin yukarıya doğru akmasına yardımcı olduğu düşünülürdü. Gerçekte, GÇT'de neden-sonuç ilişkisine ait birçok düşünce benzetme yoluyla açıklanabilir.

Antik dönemlerde hekimler, sezgileri ve duyuları ile algıladıkları şekilde düşünerek, farklı birtakım konularda kendi yöntemlerini belirlerlerdi. GÇT'nin gizemi, terapötik yöntemlerdeki esnekliğin ve hekimlerin algılama biçiminin tümüyle benzeşme yoluyla açıklanabilmesidir. Yani başka bir deyişle, GÇT'nin çekiciliği algılanabilmesinden fakat ifade edilememesinden gelmektedir. Modern çağın (1873-1929) büyük bilimadamı Liang Qichao şöyle demiştir:

Tang Hanedanlığı döneminden kalma, kazılarda ortaya çıkarılan bir ilaç kutusu

"Algılanabilen fakat açıklanamayan duyular, Çin'deki çalışma ve araştırma alanlarının tümünde vardır. Bu tür gizemli bir duyu, bilginin çoğalmasına engel olur."

Liang'ın verdiği bu örnek, GÇT'dir. Antik Çin bilimindeki diğer çalışma ve tekniklerle (astronomi ve

4 Chen xiang: Ligmum aquilariae resinatum- koyu renkli, yağlı, yoğun kokulu bir tür ağaç. (YN)

Qing Hanedanlığı döneminden bir resim. Bir GÇT hekimi hastasını muayene ediyor

matematik gibi) karşılaştırıldığında, GÇT hiç şüphesiz geleneksel Çin kültürüne ait çok fazla özelliği yansıtmaktadır.

Günümüzde, modern bilimle uyuşmayan GÇT teorisi sayesinde yaygınlaşan akla yatkın fakat açıklanması zor konular, geleneksel Çin bilimini Batı biliminin ölçüt ve değerlerine göre değerlendirmek isteyenler tarafından doğal olarak defalarca sorgulanmaktadır.

Çin felsefesinde analojik düşünce, sıklıkla "insanın gökle bütünleşmesi" düşüncesiyle betimlenmiştir. Çinli insanların düşüncesi, özellikle de bu düşüncenin önemli bir parçası olan gökle insanın etkileşimi düşüncesi, akademik çevreler tarafından genellikle Çinlilerin temel düşünce biçimlerinden biri olarak kabul edilir. Qin ve Han Hanedanlığı döneminde derlenen *Lü Shi Chun Qiu* (Lü'nün Tarih Seçmeleri) isimli kitapta, "aynı grubun içindeki şeyler birbiriyle bağdaşırlar, benzer türlerin çi'si birbirinin içine karışır, aynı kategorideki sesler birbirine yanıt verir" şeklinde bir ifade yer almaktadır. Kuzey Song Hanedanlığı zamanında Zan Ning (919-1001), kendisinden önce yapılan çalışmaları gözden geçirerek

Tang Hanedanlığı döneminde, Tıp Tanrısı olarak tapınılan büyük hekim Sun Simiao'nun heykeli

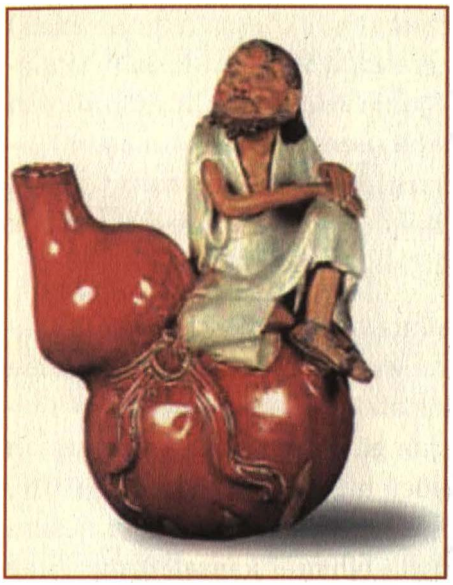
Wu Lei Xiang Gan Zhi (Farklı Türler Arasındaki Etkileşimin İncelenmesi) isimli bir kitap derlemiş, farklı türler arasında 500 çeşit karşılık sıralamıştır. Kuzey Song Hanedanlığı döneminin önemli bir düşünürü olan Cheng Yi (1033-1107) bu olguları temel bir prensibe dayandırmıştır: "Evrende sadece tek bir duyu ve tek bir karşılık vardır." Bu analiz GÇT'nin deneysel bilgisinin algılanmasının yanında, GÇT'de etkileşimin büyük öneminin de farkında olunması gerektiğini göstermektedir.

Etkileşim ve karşılıklara dayalı düşünce biçimi ikili doğaya aittir; büyücülüğe de bilime de yol gösterir. Örneğin, dudakta bir yarık şeklinde oluşan tavşan dudağı rahatsızlığını ele alalım. Tavşan dudağı sorununa neden olarak, hamileyken bir tavşan görülmüş olması veya tavşan eti yenmiş olması fikri, açıkça bir büyücü tabusudur. Bununla birlikte, antik dönemlerde doğum öncesi ile ilgili edinilen ve bu tarz bir düşünceye dayanan bilgiler, günümüzde daha bilimsel kapsamdadır. Ming Hanedanlığı'nın büyük hekimi Li Shizhen (1518-1593), bitki kullanımına dair deneysel bilgilere, *Ben Cao Gang Mu* (Tıbbi Materyallerin Büyük İncelemesi) isimli önemli kitabında yer vermiştir. Örneğin, antik dönemlere ait *tong qi* isimli ateşli silah, distosi[5] sorununda kullanılırdı, çünkü ateş edebiliyordu. Doğum sonrası süt eksikliğinde tarak kullanılıyordu, çünkü tarak saçları tarayabiliyordu. Sözü edilen ilk uygulama elbette faydasızdır. Ancak diğer yöntem kesinlikle etkilidir, çünkü "göğsü yüzlerce kez taramak", fizîksel tedaviye oldukça benzer bir biçimde, göğse masaj yapmak anlamına gelir.

Geleneğin Oluşumu ve Dönüşümü

Tarihte çok uzun zaman önce, Çinli insanların ülkelerini dünyanın merkezindeki en büyük toprak parçası, kendi kültürlerini de evrenin en mükemmel kültürü olarak algıladıkları bir gerçektir. Ancak Çin diğer ülkelerin kültürlerinden beslenmekten asla vazgeçmemiştir. Tıp alanında, Ming Hanedanlığı'nın sonlarında (1368-1644) ve Qing Hanedanlığı'nın başlarında (1616-1911) yabancı kültürlerin Çin tıbbına olan etkisi oldukça farklı biçimde kendini göstermiştir. Ming Hanedanlığı sonlarında ve

5 Distosi: Doğumun zorlu geçmesi. (YN)



Efsanevi öykülerde sekiz ölümsüzden biri olan Tie Guaili'nin porselen heykeli. Efsaneye göre, sıklıkla sıradan halkı iyileştirirdi

Qing Hanedanlığı'nın ilk dönemlerinde Hindistan, Arap dünyası, Batı ve Güney Asya bölgelerinin tıp bilgisi Çin'e tanıtılmıştı. Fakat bu durum herhangi bir karmaşaya neden olmadı çünkü bu medikal sistemler Çin'in doğal tıbbından çok da farklı değildi. Bu nedenle Çin tıbbı, bu medikal sistemlerin terapötik yöntemlerini ve tıbbi bilgilerinin çoğunu benimsedi. Kataraktın giderilmesi tekniğinin benimsenmesi bunun tipik bir örneğidir. Hatta 1805 yılında Çin, ineklerde çiçek hastalığı ile tanıştığında, Çinli hekimler kendi geleneksel düşünce

Qing Hanedanlığı döneminde Kraliyet Hastanesi'nde ilaç hazırlamak için kullanılan araç gereçler

1827'de Doğu Hindistan Şirketi tarafından kurulan ve İngiltere tarafından işletilen, Çin'deki ilk Oftalmoloji (Göz Hekimliği) Hastanesi

biçimlerini hâlâ koruyorlar, ineklerin çiçek hastalığına yakalanmasının variolasyondan[6] daha güvenli olduğuna inanıyorlardı, çünkü inekler insanlardan daha uysaldı.

Çin, anatomiye ve somut kanıtlara dayalı olan Batı tıbbı ile tanıştığında, Çinli hekimler ısrarla "Batı tıbbı Çin tıbbı ile birlikte çalışabilir" ve "Batılı çalışmaların kaynağı Çin'dir" şeklindeki düşünceleri savunuyorlardı. Ancak, tıpkı Japonya'nın reform döneminde olduğu gibi, bazı insanlar GÇT'yi eleştirmeye ve yalanlamaya başladıkları zaman Çinli hekimler benzeri görülmemiş bir krizle karşı karşıya kaldıklarını fark ettiler.

Zaman içerisinde birçok şey değişti. Bizler şimdi GÇT'yi bir bilgi sistemi olarak ele alırken, GÇT hekimlerinin geçmişte GÇT'nin sürdürülmesi için gösterdikleri çabalardan söz etmeye gerek yok. Önemli olan, dışarıdan gelen tıp bilgisinin etki ve baskısı altında GÇT'de nelerin değiştiğidir.

6 Variolasyon: Çiçek hastalığına karşı yapılan bağışıklama. (YN)

İlk olarak, eğer Çin Batı tıbbı ile tanışmasaydı GÇT diye bir şey olmayacaktı. Ayrıca, Batı dünyasında ilerleyen Batı tıbbı tüm dünyaya hükmetmeseydi, geleneksel tıp diye bir kavram da olmayacaktı. Çinli insanlar, ancak Çin, Batının tıp sistemiyle tanıştığı zaman Çin tıbbı ve Batı tıbbı arasındaki farklar üzerinde düşünmeye başladılar. Çin tıbbının varlığı tehdit altına girdiğinde, Çinli hekimler kendilerini savunmaya, Çin tıbbının avantaj ve değerlerini açıklamaya, Batı tıbbının avantajlarını kullanmaya başladılar. 20. yüzyılın başlarında yayımlanan medikal dergi ve kitaplara bakıldığında, GÇT hekimlerinin GÇT'nin kuramsal sistemini kurmak için, etiyoloji, patoloji, terapötik ve eczacılık alanlarında Batılı doktorları nasıl taklit ettikleri görülebilir. Bu dergi ve kitaplardan yapılacak özenli bir derleme ile, GÇT hekimlerinin farkında olmadan Batı tıbbı düşüncesini taklit ettiği ve problemleri rasyonel olarak nasıl analiz edeceğini öğrendiği anlaşılabilir.

İkinci olarak, Çin'in Batı tıbbı ile tanışması, GÇT'ye biyoloji hakkında çok önemli temel bilgiler getirmiştir. *Huang Di Nei Jing*'e göre (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) kalbin altındaki bölge, karın bölgesinin en büyük tamamlayıcısıdır çünkü insan yaşamını sürdürmek ve fiziksel aktivitelerini yerine getirmek için besine ihtiyaç duyar; idrar ince bağırsaklardan mesaneye dolar. GÇT içindeki bu tür fikirler giderek bilimsel biyoloji bilgisi ile yer değiştirmiştir. Benzer şekilde, Çin Batı tıbbı ile tanıştığında GÇT uygulayıcıları *jing luo*'nun (meridyenler veya kollateraller) kan damarları olmadığını anlayabilmişlerdir. Bu da onları, *jing luo* ve *zang fu* (iç organlar) hakkında daha dikkatli düşünmeye yöneltmiştir. Bu sadece *jing luo* ve *zang fu* teorilerini geliştiren yeni bir anlayışa dayanmaktaydı.

Üçüncü olarak, GÇT hekimleri Batı tıbbının baskısı altında aktif olarak savunma önlemleri almış, okullar kurarak GÇT'yi tanıtmış ve desteklemiş, eğitim programları başlatmış, gazeteler yayımlamış, toplumları organize etmiş, GÇT hakkındaki kitapları Japoncadan Çinceye çevirmiş ve geleneksel Çin ilaçları geliştirmişlerdir.

Tarihsel olarak, bir ülkeye farklı bir kültürün girmesinin, o ülkenin kültürünü zenginleştirip yükseltmesi kaçınılmazdır. Modern Batı tıbbı da

böyle bir kültürdür ve GÇT'ye herhangi bir zarar vermemiştir. Bunun yerine, GÇT'nin gelişmesi için ona daha fazla fırsat vermiştir.

1930'larda bir aspirin reklamı

Tarihin belli bir döneminde GÇT ile Batı tıbbı arasındaki fikir ayrılığının devamı olarak, 1958 yılında Sağlık Bakanlığı tarafından bazı GÇT okullarından GÇT ders kitaplarının toplatılması, bir dönüm noktası olmuştur. Bu olaydan sonra "GÇT'nin Esasları ve GÇT'nin Ana Teorisi" olarak bilinen bir kurs açılmıştır. Yeni stil GÇT ders kitaplarının derlenmesi, sistematik çalışmalar sayesinde olmuştur. Fakat bu daha çok, tıp hakkındaki geleneksel fikirlerin yeniden belirlenmesi, ana esasların doğru ile yanlışı birbirinden özenle ayırarak GÇT'nin temel dayanakları olarak seçilmesi şeklinde olmuştur. On yıllar sonra, ders kitapları yeniden derlenmiş ve defalarca düzenlenmiş olsa da temel yapısı ve içeriği hemen hemen hiç değişmeden kalmıştır.

Yeniden yapılanan bu "gelenekte", meridyenler teorisinde "bedenin yüzeyinde görünür olanlar kollateraller, iç organlarda işlev görenler meridyenlerdir" veya "damarlardaki mavi renk soğuğu, kırmızı renk sıcağı betimler" şeklindeki düşünceler artık bulunmamaktadır. Düzenlenmiş GÇT teorisine göre, *wu zang* (beş *zang* organı) ve *liu fu* (altı *fu* organı), anatomik olarak organlara eşdeğer şekilde ya da bir mahkeme hiyerarşisi şeklinde değil, bir "psikolojik öğe" olarak tanımlanmıştır. Akupunktur ve moksibüsyon[7] teorileri artık yara ve akneleri de iyileştirmeyi kap-

7 Moksibüsyon: "Moxa" isimli bitkinin kurutularak cildin çok yakınında yakılması şeklinde uygulanan bir çeşit ısı terapisi. Çi'nin akışını düzenlediği ve bedendeki çeşitli enfeksiyonları giderdiği bilinir. (YN)

sayan "dışsal terapi yöntemleri" olarak değil, "fiziksel uyarılar yoluyla çi'yi ve kan dolaşımını ve iç organların işlevlerini düzenleyen terapötik yöntemler" olarak tanımlanmıştır. Batı tıbbından büyük farkları bulunan GÇT'nin temel özelliği, sendromların ayırt edilmesi, yani hastanın bünyesi göz önüne alınarak, farklı hastalıklarda farklı göstergeler olması temeline dayanmaktadır (örneğin yoksunluk, taşkınlık, soğuk veya sıcak sendromu gibi). Birçok GÇT hekimi bu terapötik esasların Doğu Han Hanedanlığı (25-220) döneminin büyük hekimi Zhang Zhongjing (150-219) tarafından geliştirildiğine inanır. Halbuki Çin Batı tıbbı ile tanışmamış olsaydı, bu tür bir görüş geliştirilemezdi. Çünkü Çincede, biçimsel yapıları farklı olduğu halde sendromlar ve semptomların orijinal Çince karakterleri aynı anlama geliyordu. Ve gerçekte, geçmiş dönemlerde hekimler iki karakter ve iki kavram arasındaki farklar üzerinde hiç düşünmemişlerdi. Eski kitaplarda, yoksunluk, taşkınlık, soğuk ya da sıcak, karın ağrısı ya da baş dönmesi olmasına bakılmaksızın, hepsi hastalık ismi olarak kullanılıyordu.

Geleneksel Çin Tıbbını Anlamak

GÇT'yi anlamak için, bilgi ve felsefe başta olmak üzere Çin kültürü hakkında çok iyi bilgiye sahip olunması gereklidir çünkü GÇT teorisi antik çağlarda diğer birçok alanın gelişimiyle bütünleşerek oluşturulmuştur.

GÇT'yi anlamanın başka bir yolu ise antropoloji öğrenmektir çünkü antropoloji farklı kültür sistemlerinin temel düşünce biçimlerine odaklanır.

GÇT teori ve uygulamasını anlamanın ilk koşulu, GÇT'nin temel felsefi düşünce biçimini algılamaktır. Sendromların ayırt edilmesine yönelik tedavi, tipik bir örnektir. İnsan bedeni ile hastalıklar arasındaki bağlantılar karmaşıktır, bu nedenle modern tıp ile "bilim" arasında bazı yanlış tedavi uygulamaları bulunmaktadır. Claude Bernard (1813-1878) *Deneysel Tıbba Giriş* isimli kitabında, bilimsel olduğundan beri tıbbın özelliğini kaybettiğine inandığını söylemiştir; oysa doktorlar tıpta çok fazla özellikler bulunduğunu ona sıklıkla söylemişlerdir. GÇT bir insa-

Birçok insanın gözünde, yaşlı GÇT hekimleri çoğunlukla daha deneyimli ve yeteneklidirler

nın diğer insanlarla asla tam olarak aynı olamayacağına inanır. Bu nedenle diğerleriyle birebir aynı bir hastalık yoktur; değiştirilmeden uygulanabilecek tedavi yöntemi de yoktur. GÇT'de de bazı değişmez reçeteler bulunmaktadır. Bununla birlikte klinik tedavilerde farklı hastaların tedavilerine uygun olması için, hekimler sıklıkla reçetelerini değiştirmek zorunda kalmışlardır. Bu olgu "bilim" tarafından vurgulanan "tekrarlanabilirlik" ile çelişkili görünmektedir. Bu çelişkiyi anlamak gerçekten kolay değildir.

GÇT'ye göre, tekrarlanamayandan sorumlu olan faktör, tedavinin hastalığa değil hastaya odaklı olmasıdır. Hiçbir insan diğeriyle tam olarak aynı olamayacağı için, hastaların tedavisi farklılık gösterir. Teorik olarak konuşmak gerekirse GÇT, Batı tıbbından üstündür.

Kore ve Japonya, GÇT ile Qin ve Han Hanedanlığı'nın erken dönemlerinde tanışmıştı

Mutlak ve tek bir tedavi biçimi olmadığından dolayı bu fark çoğu zaman nicelik olarak yansımıştır. Bu nedenle GÇT temel terapötik ilkeler ve etkili reçeteler geliştirmiştir. Aslına bakılırsa GÇT tedavileri tam olarak tekrarlanamaz değildir.

Tekrarlanabilir olup olmaması, bunun analizinde hangi kriterin kullanıldığına bağlıdır. GÇT'de "benzerlik" her zaman aynı belirtileri içermez; "farklılık" modern tıp tarafından hastalık olarak ifade edilebilir. Kriter olarak klinik göstergeleri veya "benzerlik" ve "farklılığı" ele alırsak, GÇT'de tekrarlanamazlık yoktur.

20. yüzyıl iki kez beyin iltihabı salgınına tanıklık etmiştir. Batılı doktorlar bununla baş edebilmek için ikincisinde de ilkiyle tıpatıp aynı terapötik yöntemleri uygulamışlardır fakat hiçbir etkisi olmamıştır. GÇT hekimleri onlara yöntemlerini değiştirmelerini önermişlerdir. Batılı doktorların gözünde, beyin iltihabı salgını iki kez tıpatıp aynı şekilde gerçekleşmiştir ve her ikisine de mikroorganizmalar neden olmuştur. Fakat GÇT hekimlerinin gözünde, mevsim değişikliği, "nemlilik" ve "ısı"daki iniş çıkışlar nedeniyle

ikisi birbirinden farklıdır. Diğer bir örnek, Li Gao (1180-1251) tarafından geliştirilen *bu zhong yi qi wan*'dır (vücudun orta bölgesini güçlendirmek ve çi'yi canlandırmak için kullanılan ilaç) ve bu ilaç karın hastalıklarının tedavisinde kullanılmıştır. Fakat günümüzde doktorlar bunu çoğunlukla kansızlık, sinir zayıflığı ve proktoptoz[8] tedavisinde kullanmaktadırlar. Bu hastalıkların göstergeleri farklı olmasına rağmen nedenleri ve doğaları aynıdır.

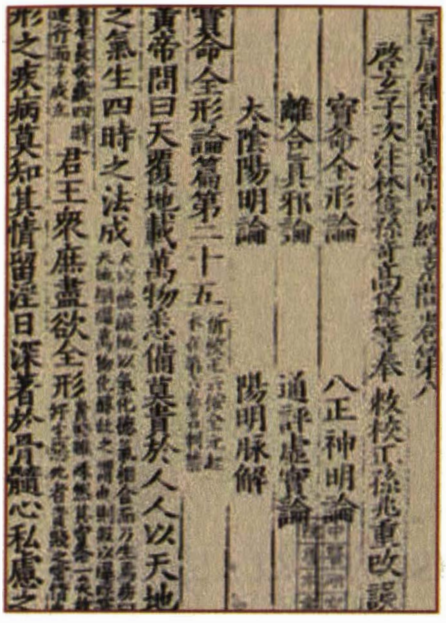
Tarım Tanrısı Shen Nong şifalı bitkiler topluyor

II
GELENEKSEL ÇİN TIBBININ KLASİKLERİ

Huang Di Nei Jing (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları)

Su Wen (Yalın Konuşmalar) ve *Ling Shu* (Spiritüel Eksen) isimli, her biri 81 bölüm olan iki parçadan oluşan *Huang Di Nei Jing* (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları), günümüze kadar gelen en eski GÇT kanunlarıdır. *Huang Di Nei Jing*'in (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) Savaşan Beylikler Dönemi ile Qin ve Han Hanedanlığı dönemleri arasında derlendiğine inanılmaktadır. Bu eser, farklı okullardan hekimlerin teori ve deneyimlerinin bir derlemesidir.

Liu Xiang, (MÖ 77-6) oğlu Liu Xin (?-MS 23) tarafından yazılan ve onun oğlu Liu Xin (?-MS 23) tarafından yazılan *Qi Lue* (Kitapların Kayıtları) isimli kitabın başlarında *Huang Di Nei Jing*'den (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) söz edilmiştir. *Qi Lue*'da (Kitapların Kayıtları) sözü geçen *Huang Di Nei Jing*'in (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) *Su Wen* (Yalın Konuşmalar) ve *Ling Shu*'nun (Spiritüel Eksen) derlemesi olarak kuşaktan kuşağa devretmiş olup olmadığı, bugün hâlâ tartışma konusudur.



Huang Di Nei Jing'in (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) fotomekanik baskısı

Hunan Eyaletindeki Ma Wang Dui'de, Han Hanedanlığı döneminden kalma bir mezardan çıkarılan ipek tıp kitabı

Su Wen (Yalın Konuşmalar) ve *Ling Shu*'nun (Spiritüel Eksen) içeriği şöyledir:

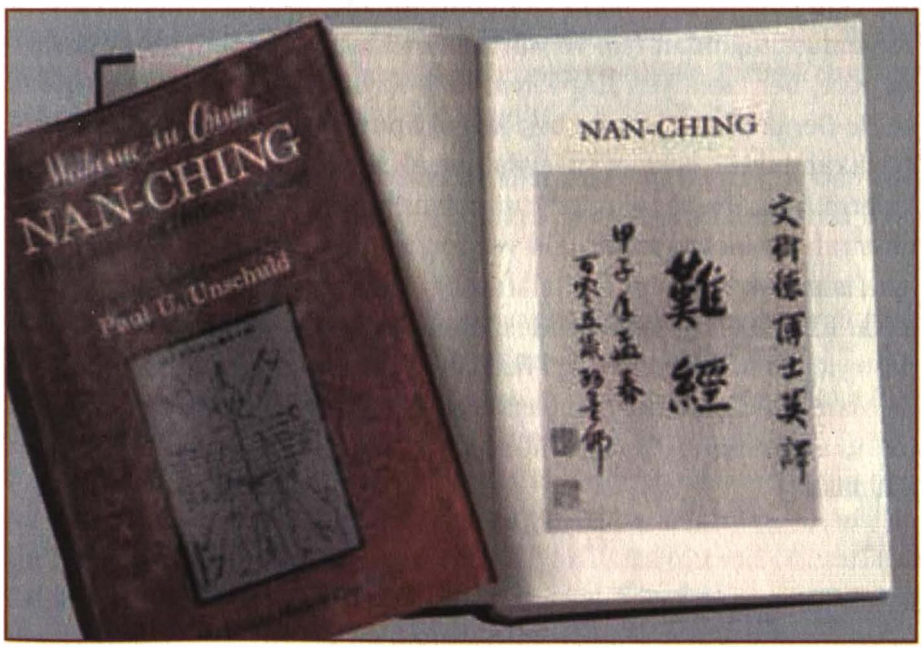
1. Teorik olarak, *Su Wen* (Yalın Konuşmalar) *yin-yang* prensibinden, iç organların fizyolojisinin ve patolojisinin yanı sıra farklı mevsimlerdeki hastalık oluşumlarından ve meridyenlerden söz eder. *Ling Shu* (Spiritüel Eksen) ise asıl olarak akupunktur ve moksibüsyon ile ilgilenir. Her ikisi de sadece iç organları ele alarak, diyet ve *wu xing* (beş element) teorisine dayalı ilaçların uyumundan söz edip nadiren ilaçlarla bariz bir tedavi yöntemine değinir.

2. Her iki fasikülün çoğu bölümü Huang Di (antik Çin'in efsanevi imparatoru) ile onun Qi Bo, Lei Gong, Ba Gao adındaki yardımcıları arasındaki konuşmalardan yazıya dökülmüştür. Farklı kişiler tarafından sorulan sorular ve verilen yanıtlar, tıpta farklı fikirleri yansıtmıştır. Bu fikirler, insanları metal, ağaç, su, ateş ve toprak olarak beş kategoriye ayıran *wu xing* (beş element) teorisine veya insanları *tai yang*, *shao yang*, *ta iyin*, *shao yin* ile dengeli *yin* ve *yang* şeklinde beş gruba ayıran *yin-yang* teorisine dayanır.

3. *Ling Shu*'nun (Spiritüel Eksen) daha kolay okunabildiği ve *Su Wen*'den (Yalın Konuşmalar) daha sonra yazılmış olabileceği konusunda genel bir görüş vardır. Fakat *Su Wen*'de (Yalın Konuşmalar) *Ling Shu*'dan (Spiritüel Eksen) da alıntılar bulunmaktadır. Bu da her iki fasikülün de birbirini etkilemiş olduğunu gösterir. *Su Wen* (Yalın Konuşmalar) ve *Ling Shu*'daki (Spiritüel Eksen) teoriler farklı uygarlık dönemlerinde GÇT'nin gelişimini büyük ölçüde etkilemiştir.

Huang Di Ba Shi Yi Nan Jing (Sarı İmparator'un 81 Zorlu Konu Üzerine Kanunları)

Bu kitabın başlığı sıklıkla *Nan Jing* şeklinde kısaltılarak kullanılır ve konuşmalar şeklinde yazılmıştır. Savaşan Beylikler Dönemi'nin büyük hekimi Qin Yueren (Bian Que olarak da bilinir) tarafından yazıldığına inanılmıştır. Günümüzde ise genel görüş, bu kitabın Batı Han Hanedanlığı döneminde yazılmış olduğu yönündedir. Bu konudaki asıl kanıt, *Qi*



Nan Jing (81 Zorlu Konu Üzerine Kanunlar) kitabının İngilizce versiyonu

Lue (Kitapların Kayıtları) kitabında bundan hiç söz edilmiyor olmasıdır. Bu kitaba ilk olarak, erken Han Hanedanlığı döneminde Zhang Zhongjing tarafından yazılan *Shang Han Za Bing Lun* (Soğuk Hastalıklar ve Çeşitli Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) isimli kitabın önsözünde rastlanmaktadır.

Nan Jing (81 Zorlu Konu Üzerine Kanunlar) isimli kitapta; nabız, meridyenler, *zangfu* organlar, hastalıklar, akupunktur noktaları, akupunktur ve moksibüsyon hakkında 81 soru sorulmuştur.

Nan Jing (81 Zorlu Konu Üzerine Kanunlar) ile *Huang Di Nei Jing* (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) arasındaki asıl farklılık; *yin-yang* ile beş element konularını ayrı ayrı ele alan *Huang Di Nei Jing*'in (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) aksine; *Nan Jing*'in (81 Zorlu Konu Üzerine Kanunlar) *yuan qi*, *yin-yang* ve *wu zing* (beş element) teorilerini ve nabız tanısı, meridyenler, *zang fu* organlar, hastalık bulguları, akupunktur noktaları, akupunktur ve moksibüsyon konularını birleştirerek, deneysel bilgiden yararlanmadan bir teori sistemi oluşturmuş olmasıdır. Örneğin, 10 çeşit nabız değişimi, *wu xing*'in (beş element) sertlik ve yumuşaklığından (*yin* ve *yang*) kaynaklanır. Akupunktur noktalarına göre, her meridyen *Jing*-Kuyu, *Xing*-Kaynak, *Shu*-Akıntı, *Jing*-Irmak ve *He*-Deniz olarak bilinen beş özel akupunktur noktasına sahiptir. Bu beş akupunktur noktası sırasıyla, metal, ağaç, su, ateş ve toprak özelliklerini taşır. Bu beş akupunktur noktasının beş element teorisine göre bir sıralanış biçimi vardır. *Yin* ve *yang* meridyenleri üzerinde bulunan aynı isimli akupunktur noktaları aşağıdaki tabloda gösterilmiştir. Doktorlar hastalıkların tedavisinde akupunktur noktalarını, beş elementin besleyici ve kısıtlayıcı döngü özelliğine göre seçerler. Bu özelliklerden ilk olarak, akupunktur ve moksibüsyon modern bilimi üzerinde önemli rolü olan *Nan Jing* (81 Zorlu Konu Üzerine Kanunlar) isimli kitapta söz edilmiştir.

Beş *Shu* Akupunktur Noktası	*Jing*-Kuyu	*Xing*-Kaynak	*Shu*-Akıntı	*Jing*-Irmak	*He*-Deniz
Beş Element	*Yang Meridyen:* Ağaç *Yin Meridyen:* Metal	*Yang Meridyen:* Ateş *Yin Meridyen:* Su	*Yang Meridyen:* Toprak *Yin Meridyen:* Ağaç	*Yang Meridyen:* Metal *Yin Meridyen:* Ateş	*Yang Meridyen:* Su *Yin Meridyen:* Toprak

Nan Jing'de Konu Edilen Beş *Shu* Akupunktur Noktası, *Yin-Yang* ve Beş Element Arasındaki İlişki

Shen Nong Ben Cao Jing (Tarım Tanrısının İlaç Bilimi Kuralları)

Efsanelerde Shen Nong'un (Tarım Tanrısı) yüzlerce otun tadına baktığı ve bir günde 70 kez zehirlendiği söylenir. Aslında bu hikâye yenilebilir bitkilerden söz eder. Fakat, Han Hanedanlığı döneminde yazıya alınan *Huai Nan Zi* (Huainan Efendisinin Kitabı) isimli kitapta, ilaç bilimi çalışmalarının ilk örneği olarak ele alınır. Bu nedenle Tarım Tanrısına aynı zamanda tıbbın atası olarak da tapılır.

Doğu Han Hanedanlığı döneminde yazılmış olan *Shen Nong Ben Cao Jing* (Tarım Tanrısının İlaç Bilimi Kuralları) ilaç bilimi hakkında var olan en eski klasiktir.

Shen Nong Ben Cao Jing (Tarım Tanrısının İlaç Bilimi Kuralları) tarihte kaybolmuştur. Modern çağda bilimadamları tarafından, birçok kitaptan orijinal materyaller toplanarak yeniden yazılmıştır. *Shen Nong Ben Cao Jing* (Tarım Tanrısının İlaç Bilimi Kuralları) tüm dönemlerde ilaç biliminin özgün kuralları olarak görülmüştür. Dolayısıyla sonraki dönemlerde yazılmış birçok kitapta bu kitaptan yapılan alıntılara rastlanabilir. Bu alıntılara göre, *Nong Ben Cao Jing*'de yaklaşık 365 çeşit ot üzerinde çalışıldığını görebiliriz. Bu otlar, birinci derece, ikinci derece ve üçüncü derece olmak üzere üç sınıfta toplanmıştır. Birinci derece otlar, vücudu güçlendirmek ve yaşamı uzatmak için kullanılabilir; ikinci ve üçüncü

derece olanlar ise toksiktir, yani hastalıkların tedavisinde kullanılabilir. Ancak bu otlar fazla miktarda ve uzun süre kullanılamazlar. Her ot, isim, tad, özellik, endikasyon, üretim yeri ve alternatif isimler içerir.

Shang Han Za Bing Lun (Soğuk Hastalıklar ve Çeşitli Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser)

Antik tıp kitabında Zhang Zhongjing'in bir portresi

Genel anlayışa göre, soğuk hastalıklar tüm dışsal kaynaklı hastalıklar anlamına gelir. Antik dönemlerde çeşitli hastalıklara sebep olan üç temel etken olduğuna inanılırdı; bunlar dışsal etkenler (hastalığa neden olan rüzgâr, soğuk, yaz sıcağı, kuruluk, nemlilik ve ateş), içsel etkenler (düzensiz beslenme, fiziksel yorgunluk ve duygusal değişimler) ve içsel ve dışsal olmayan etkenlerdi (savaşta yaralanma, böcek ya da hayvanlar tarafından ısırılma). *Nan Jing* (81 Zorlu Konu Üzerine Kanunlar), *zhong feng* (rüzgâr çarpması), *shang han* (soğuk çarpması), *shi wen* (nemli sıcaklık), *re bing* (hummalı hastalık) ve *wen bing* (ateşli hastalık) olmak üzere beş çeşit soğuk (dışsal kaynaklı) hastalık olduğunu söyler.

Shang Han Za Bing Lun (Soğuk Hastalıklar ve Çeşitli Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser), Zhang Zhongjing (150-219) tarafından Doğu Han Hanedanlığı döneminde kaleme alınmıştır. Bu kitap iki çeşit hastalığı ele alır. Dışsal kaynaklı (soğuk) hastalıkların süresi ve doğası, üç *yang* ve üç *yin*'e (*tai tang*, *yang ming*, *shao yang*, *ta iyin*, *shao yin*, ve *jue yin*) göre

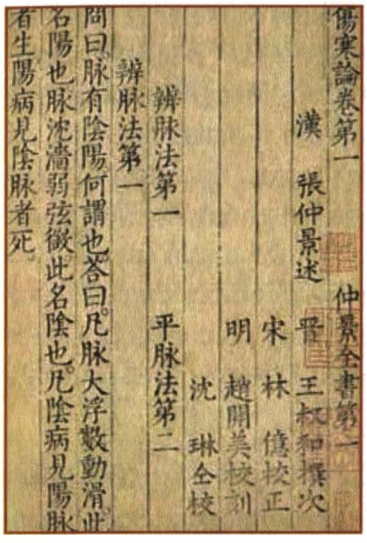
değişkenlik gösterir. Her cins hastalığa özel terapötik ilkeler ve reçeteler geliştirilmiştir. Örneğin ateş, üşüme ve baş ağrısı gibi belirtileri bulunan *tai yang* hastalığını ele alalım. Eğer terleme yoksa, *ma huang tang* (kaynatılmış herba ephedrae-efedra otu) ile, eğer terleme varsa *gui zhi tang (*kaynatılmış ramulus cinnamomi-kabuk tarçın) ile tedavi edilmelidir. Bazı durumlarda her iki reçete bir arada kullanılabilir. Eğer hasta zayıfsa, *ren shen* (ginseng kökü) eklenebilir. Hastalık dışsal kaynaklıysa fakat ateş yoksa, nabız zayıf ve hasta uykuluysa, bu bir *shao yin* hastalığıdır; *yang* depolamak ve direncin düşmesini önlemek için sadece *ren shen* (ginseng kökü) ve *fu zi* (Radix Aconiti Lateralis Preparata) ile tedavi edilebilir.

Shang Han Za Bing Lun (Soğuk Hastalıklar ve Çeşitli Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) savaş nedeniyle tarihte kaybolmuştur. Soğuk hastalıklar hakkındaki bölümü, Batı Jin Hanedanlığı döneminin büyük hekimi Wang Shuhe tarafından derlenmiştir ve *Shang Han Lun* (Soğuk Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) olarak bilinir. Dışsal kaynaklı hastalıkların tedavisine dair teori, terapötik ilkeler ve reçeteleri içerdiğinden, tıpta hâlâ büyük önem taşımaktadır. Orijinal kitaptaki "çeşitli hastalıklar" hakkındaki bölüm, daha sonraları *Jin Kui Yao Lue* olarak bilinen başka bir kitap halinde yeniden derlenmiştir.

Kitabın Derlenmesi ve Kanunların Geliştirilmesi

Söz konusu kitaplar daha sonraları önemli kanunlara dönüşmüştür. Antik zamanlarda yazılan daha birçok tıp kitabı vardır fakat neden sadece birkaç tanesi kanun haline gelmiştir?

İlk olarak, bu birkaç kitap kapsam olarak çok geniştir ve diğer birçok alana ait bilgiler içermektedir. Örneğin, *Huang Di Nei Jing* (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) çok geniş kapsamlı bir kitaptır ve büyük olasılıkla *Tang Ye Jing Fa* (Kaynatma Yöntemleri) ve *Huang Di Shen Nong Shi Jin* (Sarı İmparator ve Tarım Tanrısının Besin Sınırlaması Hakkında Teorisi) gibi kitapların içeriklerini de kapsamaktadır. Benzer şekilde, Huang Fumi (215-282) Batı Jin Hanedanlığı döneminde *Huang Di Nei Jing*'in (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) meridyenler bölümü ile

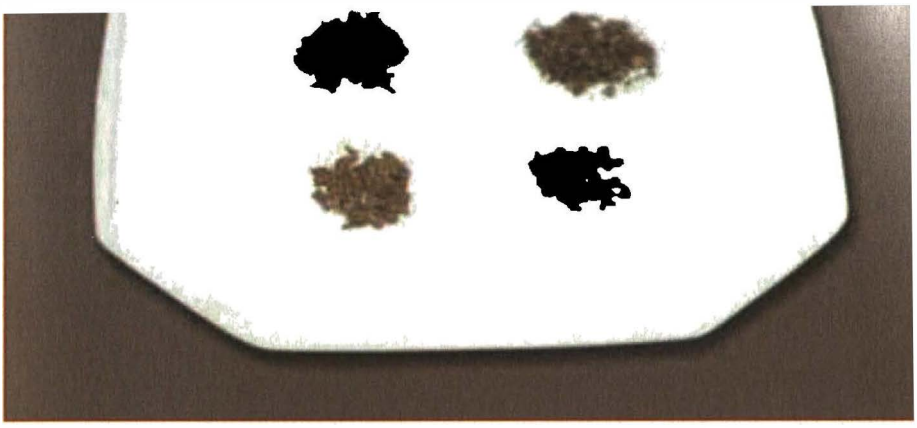

傷寒論卷第一　仲景全書第一
漢　張仲景述
晉　王叔和撰次
宋　林　億校正
明　趙開美校刊
沈　琳仝校
辨脉法第一
平脉法第二
辨脉法第一
問曰脉有陰陽何謂也答曰凡脉大浮數動滑此名陽也脉沈濇弱弦微此名陰也凡陰病見陽脉者生陽病見陰脉者死

Shang Han Za Bing Lun'un (Soğuk Hastalıklar ve Çeşitli Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) fotomekanik baskısı

akupunktur noktalarının yerleri, belirtileri ve iğnelerin derinliği gibi konuları içeren *Huang Di Ming Tang Jing* (Sarı İmparator'un Aydınlık Saray Kanunları) isimli kitabı birleştirerek *Zhen Jiu Yi Jing* (Akupunktur ve Moksibüsyon Klasikleri) isimli kitabı yazmıştır. Bu geniş kapsamlı kitabın derlenmesinin ardından, *Huang Di Ming Tang Jing* (Sarı İmparator'un Aydınlık Saray Kanunları) kitabının artık çok fazla önemi kalmamıştır.

İkinci olarak, kanunlar genellikle teorik olarak önemli ve içerik açısından sistemlidir. *Nan Jing* (81 Zorlu Konu Üzerine Kanunlar) küçük bir kitap olmasına rağmen içerik açısından sistemlidir çünkü önemli birçok konuyu ele almıştır. *Huang Di Nei Jing* (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları), *yin* ve *yang*'dan evrenin kanunundan, değişimlerden, ilerleme ve gerilemeden sorumlu etken olarak söz eder. *Nan Jing* (81 Zorlu Konu Üzerine Kanunlar) isimli kitapta ise *ming men*'in (yaşam kapısı) hayatın kaynağı olduğu belirtilir. *Huang Di Nei Jing* (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) ve *Nan Jing* (81 Zorlu Konu Üzerine Kanunlar) kitaplarının yazılması insanların zannettiği kadar eskiye dayanmamasına rağmen, kanun olarak hâlâ çok önemli ve çok değerlidirler. Son 2.000 yılda doktorlar; iç organların özelliklerini ve fonksiyonlarını, çi'nin ve kanın akışı konusunu öğrenmek, *wu xing* (beş element) gibi felsefi düşüncelerin hayata nasıl uyarlanacağını anlayabilmek, hastalıkların nedenlerini ve patojenlerini analiz etmek ve tıp hakkında yeni teoriler geliştirmek amacıyla bu kitapları incelemişlerdir.

Shang Han Za Bing Lun (Soğuk Hastalıklar ve Çeşitli Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser), Doğu Han Hanedanlığı döneminde derlenmiştir fakat Tang Hanedanlığı döneminde bile popüler olamamıştır. Örneğin Tang Hanedanlığı döneminde Wang Tao (670-755) tarafından derlenen *Wai*



Batı Han Hanedanlığı döneminden kalma bir mezardan çıkarılan şifalı otlar

Tai Mi Yao (İmparatorluk Kütüphanesinden Gizemli Ana Hatlar) isimli kitapta hiç konu edilmemiştir. Sun Simiao (581-682) tarafından yazılan *Qian Jin Yi Fang* isimli kitapta reçeteler hakkındaki kitapların listesi bulunurken, bunlardan kanunlar olarak söz edilmemiştir. Song Hanedanlığı döneminde nihayet *Shang Han Za Bing Lun*'un (Soğuk Hastalıklar ve Çeşitli Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) değeri anlaşılmış, üzerinde derin ve yoğun bir şekilde çalışılmıştır. Hatta Zhang Zhongjing'e tıp tanrısı olarak tapınılmıştır.

Bu tıp kitaplarının giderek kanun haline dönüşmesinin bir diğer nedeni de içeriğindeki literatür faktörüdür. Örneğin *Huang Di Nei Jing*'in (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) içindeki 162 bölümün mükemmel bir edebiyat eğitimi almış hekimler tarafından yazıldığı çok açıktır.

Batı ve Doğu Han Hanedanlığı'nı takip eden süre boyunca, tıbbi çalışmalar literatürün yeniden derlenmesi ve reçeteler hakkındaki kitapların yeniden toplanması şeklinde bir süreç izlemiştir. Song Hanedanlığı döneminde bilimadamları yönetimsel konularla daha çok ilgi-

lenmişlerdir. Pek çok kişi tarafından beğenilen, "eğer mükemmel bir başkan olamıyorsan, o halde mükemmel bir doktor olmalısın" şeklinde bir söylem vardır.

Bazı insanlar, antik dönemlere ait kitapların kanun halini almasının nedeni olarak, bunların Huang Di (Sarı İmparator), Bian Quan ve Shen Nong (Tarım Tanrısı) adına yazılmış olmasını görürler. Ancak gerçek bu değildir. Bu büyük şahıslar adına yazılmış daha birçok kitap vardır ancak tarihin içinde çoktan kaybolmuşlardır. Tıp alanında birçok insanın, antik dönemlere ait tıp teorilerinin mükemmel olduğuna inanarak, kanunlara ve geleneklere tapındığı bir gerçektir. Bu alanda yeni bilgiler giderek artmıştır fakat bunlar eski olanın eleştirisi değil, sadece eskinin bir açıklamasıdır.

III
GELENEKSEL ÇİN TIBBININ TEMEL TEORİSİ

Yin-Yang ve *Wu Xing* Teorileri

Yin-yang ve *wu xing* (beş element) teorileri tüm Çinliler tarafından bilinir fakat Çin'de bu karmaşık teorileri eksiksiz ve doğru şekilde anlayan pek az insan vardır.

Üzerinde yin-yang ve ba gua resimleri olan şifalı ot şişeleri

Yin-yang ve *wu zing* (beş element) teorileri, birbirinden bağımsız iki teoridir. Akademik olarak, *yin-yang* teorisi antik Çin'de insanların felsefi düşüncelerinde yankı bulan en kayda değer teoridir. Joseph Needham (1900-1995) Çin Bilim ve Teknolojisinin Tarihi isimli önemli kitabında, *yin-yang* teorisinin antik Çinliler tarafından geliş-

Simya hakkında bir resim

tirilen en büyük teori olduğunu ifade etmiştir. Tıpta *yin-yang* teorisi, *wu zing* (beş element) teorisinden daha önce benimsenmiştir. Qin Hanedanlığı öncesinde toplanan kaynaklarda, *wu zing* (beş element) ile ilgili hiçbir kayıt bulunmamaktadır. Fakat *yin-yang* teorisi insan bedeninin aktivitelerini ve hastalık nedenlerini açıklamak için kullanılmıştır. Teorik olarak, *yin-yang* teorisinin benimsenmiş olması, GÇT'nin antik dönemlerden modern çağlara doğru gelişmesini sağlamıştır. Bu aynı zamanda, Batı tıbbı ile asla yer değiştirmeyecek oluşunun da nedenidir.

Antik Çin'de filozoflar evrenin *yin* ve *yang*'dan oluştuğuna ve dünyanın var olma nedeninin *yin-yang*'daki sabit değişim olduğuna inanırlardı. *Yin* ve *yang* aslında, güneş ışığını karşıya ya da arkaya alarak var olma halini açıklar. Güneş ışığının arkaya alınması *yin* (gölge), karşıya alınması ise *yang*'dır (güneş) Daha sonraları insanlar bu kavramları çeşitli şeyleri analiz etmek için kullanmışlardır. Durgun, içsel, azalan, soğuk ve soluk olan *yin* olurken; hareketli, dışsal, artan, sıcak ve parlak olan *yang*'dır. *Yin* ve *yang*'ın bu sınıflaması onların doğasının iyi ya da kötü olduğu anlamına gelmez. *Yin* ve *yang*'ın birbirini izlemesi, her şeyin temel kanunu olarak ele alınır. *Yin* ve *yang* arasındaki dengenin ideal durum olduğu düşünülür. Antik Çinde, *yin-yang* teorisi sadece evreni değil,

Yin-Yang Okulu
Yin-yang Okulu veya Yin-yang ve Wu Xing (beş element) Okulu, Savaşan Beylikler Dönemi boyunca çok etkili olmuştur. Bu okula göre, evrende bulunan her şey beş elementten (ağaç, ateş, toprak, metal ve su) birine karşılık gelen bir doğaya sahiptir. Göksel varlıkların hareketleri, toplumsal değişimler, imparatorların yükseliş ve düşüşleri, "beş elementin döngüsü" ne bağlı olarak gerçekleşir.

sosyal olguları açıklamak için de kullanılırdı. Örneğin erkek *yang* olarak ele alınırken kadın *yin*; mutluluk *yang* iken hastalık *yin* olarak görülürdü.

Simya hakkında bir resim

Yin-yang teorisinin GÇT'ye uyarlanması, bir sayı doğrusu ile açıklanabilir. Eğer sağlıklı olma halini 0 noktası olarak alırsak, 0'ın her iki tarafında çeşitli hastalıkları ve onların yansımalarını temsil eden çeşitli sayılar bulunacaktır. Örneğin, soğuk algınlığını 5 olarak alalım. GÇT her hastalığı pozitif veya negatif sayı olarak algılar. *Shang Han Za Bing Lun* (Soğuk Hastalıklar ve Çeşitli Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) isimli kitapta hastalıklar 3 *yin* ve 3 *yang*'a göre analiz edilir. Örneğin, taşkınlık sendromu *tai yang* (aşırı *yang*) ile ilgiliyken yoksunluk sendromu *shao yin* (orta *yin*) ile ilgilidir. Eğer taşkınlık sendromu *yang ming* olsaydı, o halde yoksunluk sendromu *tai yin* (aşırı *yin)* olacaktı. Bu nedenle, GÇT içindeki tedavi yöntemleri asla aynı olamazlar. Bununla birlikte, farklı tedavi yöntemlerinin amacı aynıdır: *Yin* ve *yang*'ı ideal bir şekilde uyumlu hale getirmek. Örneğin, uykusuzluk sorununu çözümünde; yoksunluk sendromunun tedavisi için *çi*'yi ve kan akışını desteklemek gerekirken, taşkınlık sendromunu tedavi etmek için ısıyı azaltma ve ateşi düşürme yöntemi kullanılabilir. Oysa Batı tıbbı uykusuzluk tedavisi için her durumda sadece uyku ilacı kullanır. Batı tıbbı için her ilaç bir hastalık için kullanılır. Ancak bu tür uygulamalar bazen çok da mantıklı değildir. Örneğin heyecanlı bir hasta için uyku ilacı kullanmak mantıklı olurken, nevrasteni (sinir zayıflığı) olan bir hastada kullanılması etkili olmaz.

Yin-yang teorisi aslen dört mevsimdeki ısı değişimlerini incelemek için kullanılır. Gökyüzü, yeryüzü ve evrende bulunan her şeyin aslı, *yin* ve *yang* olarak iki bölümden oluşan *çi*'dir. *Yin* ve *yang* kendi içinde *shao*

Üzerinde yin ve yang diyagramı bulunan bir sukabağı heykeli

yang (orta *yang*), *tai yang* (aşırı *yang*), *shao yin* (orta *yin*) ve *tai yin* (aşırı *yin*) olarak ayrılır ki bu da aslında dört mevsimin özelliğidir. Qin Hanedanlığı öncesinde, *yin* ve *yang* okulu, insan toplumunu incelemek için bu teoriyi kullanır ve mevsimlerin doğal değişimlerine göre imparatorlara önerilerde bulunurdu. Daha sonraları bu düşünce, hekimler tarafından benimsendi. Bu nedenle *Su Wen*'de (Yalın Konuşmalar) baharda filizlenme, yazın gelişme, sonbaharda olgunlaşma ve kışın depolama gibi konuları bulabiliriz.

Huang Di Nei Jing'de (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) *yin-yang* teorisi zıtlık ve denge unsurlarını tanımlamak için kullanılmıştır. *Yin-yang* hem evrenin oluşumunu hem de *yin* ve *yang*'ın doğasını açıklar. Evrenin oluşumu yaşamın, bünyenin, fiziksel ve duygusal yapının açıklaması olurken, diğer hastalıkların tanı ve tedavisinde de yol gösterici olmaktadır. *Huang Di Nei Jing*'de (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) *yin* ve *yang*'ın özüne dair klasik bir açıklama mevcuttur:

Yin ve *yang*, evrenin kanunu, her şeyin temeli, değişimlerin nedeni, gelişmenin ve bozulmanın aslı ve yaşamsal aktivitelerin nedenidir. O halde hastalıklar *yin* ve *yang*'a göre tedavi edilmelidir.

Tıp ile *yin-yang* teorisi arasındaki bağlantıyı çözebilmek için bir noktanın daha üzerinde durulmalıdır. Ming Hanedanlığı döneminden Zhang Jingyue, hekim olmak isteyen bir kişinin mutlaka *Yi Jing*'i (Değişim Kanunları) bilmesi gerektiğini ifade etmiştir. Onun bu iddiası nedeniyle birçok insan *Yi Jing*'in tıbbın temeli olduğuna inanmıştır. Aslına bakılırsa bu doğru değildir. Ming Hanedanlığı öncesine ait tıp kitaplarında böylesine sıkı bir ilişkiye dair herhangi bir ipucu bulunmaz.

Karşılaştırma yoluyla ifade edecek olursak; beş element teorisi *yin-yang* teorisi kadar önemli değildir. Beş element teorisi, farklı şeyleri belirli beş sınıfta toplamak için kullanılır. Benzer şeyler arasındaki ilişki, benzetmeler kullanılarak açıklanır. Örneğin karaciğeri ele alalım. Karaciğer ağaç elementine, renk olarak maviye, tat olarak ekşiye karşılık gelir. Dolayısıyla, ciltteki mavimsi görüntü karaciğerdeki bir hastalığı gösterir ve ekşi tada sahip bitkilerle tedavi edilebilir. Benzetmeye dayalı, beş farklı tür arasındaki ilişki aşağıdaki tabloda gösterilmiştir. Tıpta doktorlar *zang* organlarla *fu* organların ilişkisini anlayabilmek için bu tür bağlantıları kullanırlar. Bu tarz bir düşünce biçimi hastalığın tanı ve tedavisinde yardımcı olur fakat bu mutlak bir şekilde olmaz. Bu tür mutlak bir inceleme, beş *shu* akupunktur noktası arasındaki ilişkiyi açıklamaya çalışan *Nan Jing*'de (81 Zorlu Konu Üzerine Kanunlar) bulunabilir.

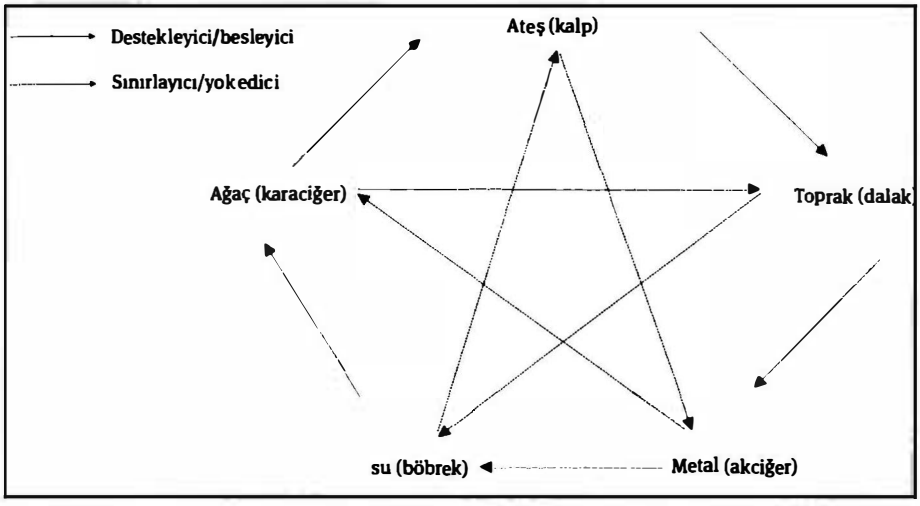
GÇT, kendi teorik sistemini oluşturabilmek için *yin-yang* ve beş element teorilerini benimsemiştir. Bu durum bu iki teoriyi büyük ölçüde geliştirmiştir. *Zhong Yi Xue Gai Lun*'da (GÇT'nin Esasları) şöyle bir ifade yer alır:

> "GÇT'de insan fizyolojisinin ve patolojisinin doğasını anlama ve tanı, tedavi ve ilaçların kullanımı bütünüyle *yin-yang* ve beş element teorileri ile açıklanabilir."

İnsan Bedeni, Doğa ve Beş Element arasındaki ilişki

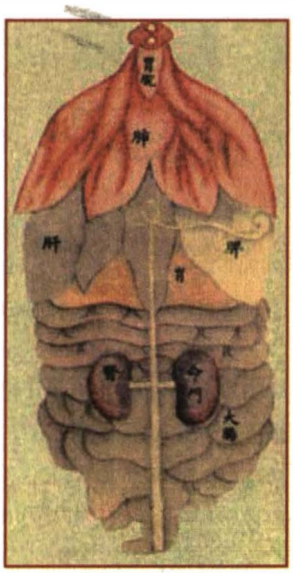
Beş Element	Doğal Dünya							
	yönler	mevsimler	beş iklimsel değişiklik	gelişim ve dönüşüm	beş tat	beş koku	beş renk	beş işaret
Ağaç	doğu	ilkbahar	rüzgâr	filizlenme	ekşi	ağır	mavi	jiao
Ateş	güney	yaz	yaz sıcağı	büyüme	acı	keskin	kırmızı	zhi
Toprak	merkez	yaz sonrası	nemlilik	dönüşme	tatlı	şekerli	sarı	gong
Metal	batı	sonbahar	kuruluk	olgunlaşma	kekre	kötü	beyaz	shang
Su	kuzey	kış	soğuk	depolama	tuzlu	bozulmuş	siyah	yu
Beş Element	İnsan Bedeni							
	beş zang organ	beş fu organ	fiziksel bileşen		açıklık	kendini gösterdiği yer	sıvı karşılığı	duygusal karşılığı
Ağaç	karaciğer	safrakesesi	tendon		göz	tırnak	gözyaşı	sinirlilik
Ateş	kalp	ince bağırsak	damar		dil	yüz	ter	sevinç
Toprak	dalak	mide	kas		ağız	dudak	ağız salgısı	dalgınlık
Metal	akciğer	kalın bağırsak	deri		burun	vücut tüyleri	burun salgısı	kaygı
Su	böbrek	idrar torbası	kemik		kulak	saç	tükürük	korku

Destekleyen ve kısıtlayan etkilerin döngüsel ağı



İç Organlar ve Göstergeleri

Zang organlar ve *fu* organlar, GÇT'de iç organlara karşılık olarak kullanılır. *Huang Di Nei Jing*'de (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) ve *Zhong Yi Xue Gai Lun*'da (GÇT'nin Esasları) da görüldüğü gibi, *zang* ve *fu* organlar GÇT teorik sisteminin çok önemli parçalarıdır. Bu iki tür iç organın birleşimi asla değişmez. Bunlar üç ayrı kategoriye ayrılır; beş *zang* organ (kalp, karaciğer, dalak, akciğer, böbrek), altı *fu* organ (mide, kalın bağırsak, ince bağırsak, idrar torbası, safra kesesi) ve *san jiao*[1] (üçlü ısıtıcı) ve sıradışı *fu* organlar (beyin, ilik, kemikler, damarlar, safra kesesi ve rahim).



Qing Handanlığı döneminde yapılmış, iç organları gösteren bir resim

Bu farklı organların isimleri, *san jiao* (üçlü ısıtıcı) dışında değişmeden kalır. İsimleriy-

1 Üçlü Isıtıcı Meridyeni: *Yang* karakterlidir. Elin dördüncü parmağından başlar, kolun arkasından yukarı çıkar, dirseği ve omuz eklemini geçer, boynun arkasından ve kulağın çevresinden dolanır, kaşın köşesinde son bulur. Bağlı olduğu organ tiroid ve adrenalin bezleridir. Üzerinde 23 adet akupunktur noktası bulunur. (YN)

19. yüzyılda yapılmış iç organlar resmi

le gösterilen temel organlar, modern anatomide kullanılan ile aynıdır. Ancak işlevleri hakkındaki açıklamalar farklıdır. Çünkü antik dönemlerde, belirli bazı terimlerle ilgili temel organlar arasındaki ilişki sezgisel gözlemler ile kuruluyordu. Bununla birlikte, antik dönemlerde yaşayan insanlar fizyoloji ve patoloji bilgisindeki eksiklik nedeniyle bu organların işlevlerini tam olarak anlayamıyorlardı. Örneğin, insanlar akciğerin mikro yapısı ve içindeki havanın değişimi hakkında bilgi sahibi olmadan, solunum işlemini doğru bir şekilde anlayamıyorlardı.

Huang Di Nei Jing'de (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) iç organlar ve onların göstergeleri konusu şimdilerde bir teori olarak gelişmiştir. Bu teorinin kısa bir açıklaması şöyledir:

Zang ve *fu* organlar, dışarıdan gözlemlenebilir göstergeleri olan iç organlar anlamına gelir. GÇT'de iç organların isimleri sıklıkla temel bir organa değil, onun dışavurumuna karşılık gelir. Başka bir deyişle, farklı fizyolojik ve patolojik olgular farklı organlarla birlikte anılır. Dolayısıyla, GÇT'de iç organlar konusunu modern anatomiye göre anlayamayız.

Dikkatli okuyucular, safra kesesinin hem altı *fu* organ hem de sıradışı *fu* organlarda geçtiğini fark etmişlerdir. Bunun analizi aşağıdadır.

Huang Di Nei Jing'in (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) beş *zang* organ hakkındaki bölümünde Huang Di (Sarı İmparator), beyin ve iliğin neden bazen *zang* organ olarak ele alındığını, bağırsaklar ve midenin

neden bazen *zang* veya *fu* organ olarak görüldüğünü sorgulamıştır. Huang Di'ye (Sarı İmparator) tıp öğretmiş olan Qi Bo şöyle söylemiştir:

> "Beyin, ilik, kemikler, damarlar, safra kesesi ve rahim, her şeyi içinde bulunduran dünya gibidir. Bunlar sadece özü taşır, onu yok etmez. Bu nedenle sıradışı *fu* organlar olarak isim almışlardır. Mide, kalın bağırsak, ince bağırsak, üçlü ısıtıcı ve idrar torbası, gökyüzü gibidirler. Besini alırlar fakat depolamazlar. Bu demektir ki, besini depolamazlar ve taşınmasını sağlarlar. Bu nedenle bunlar, taşıma ve dönüşümden sorumlu olan *fu* organlar adını almıştır. Beş *zang* organ ise özü taşırlar ancak onu boşaltmazlar; dolu olsalar bile katı değildirler. Altı *fu* organ, besinleri depolamadan taşıyıp dönüştürdüğü için, onlar katı olsalar bile dolu değildirler."

Okuyucunun daha kolay anlayabilmesi için, yukarıdaki açıklamalar aşağıdaki iki tabloda gösterilmiştir. Qi Bo'nun açıklamasına göre, iç organlar iki türe ayrılır. Bunlardan biri sıradışı *fu* organlar ile taşıyan ve dönüştüren *fu* organlardır; diğeri ise beş *zang* organ ve altı *fu* organdır. Ancak her iki sistem de iki tür organı içerir, yani *yin* organlar ve *yang* organlar.

Aşağıdaki iki tabloda 5 ve 6, sırasıyla *yin* ve *yang*'ı gösterir ve gökyüzü ile yeryüzünü ifade eder.

Sıradışı Fu Organlar ile Taşıyan ve Dönüştüren Fu Organlar

Sınıflandırma	Sayı	Organ	Benzetim	İşlev
sıradışı fu organlar	6	beyin, ilik, kemikler, damarlar, safra kesesi ve rahim	dünya	boşaltmadan depolamak
taşıyan ve dönüştüren fu organlar	5	mide, kalın bağırsak, ince bağırsak, üçlü ısıtıcı ve idrar torbası	gökyüzü	depolamadan boşaltmak

Beş Zang Organ ve Altı Fu Organ

Sınıflandırma	Sayı	Organ	Benzetim	İşlev
beş zang organ	5	kalp, karaciğer, dalak, akciğer ve böbrek	dünya	boşaltmadan depolamak
altı fu organ	6	mide, kalın bağırsak, ince bağırsak, üçlü ısıtıcı, idrar torbası ve safra kesesi	gökyüzü	depolamadan boşaltmak

Doktorlar daha sonra bu iki grubu birleştirmişler ve aşağıdaki tablo-da görüldüğü gibi tek sistem haline getirmişlerdir.

Zang ve Fu Organlar Hakkında Modern Fikirler

Sınıflandırma	Organlar	İşlevler
beş zang organ	kalp, karaciğer, dalak, akciğer ve böbrek	boşaltmadan depolamak
altı fu organ	mide, kalın bağırsak, ince bağırsak, üçlü ısıtıcı, idrar torbası ve safra kesesi	depolamadan boşaltmak
sıradışı fu organlar	beyin, ilik, kemikler, damarlar, safra kesesi ve rahim	boşaltmadan depolamak

Meridyenler ve Kollateraller

GÇT'de meridyenler, çi ve kanın akış yoludur. Bu yollar birbirlerine bağlıdırlar ve bedeni bütünüyle entegre bir sisteme götürecek bir ağ oluştururlar. Meridyenler sistemi, aşağıdaki içerikleri kapsar:

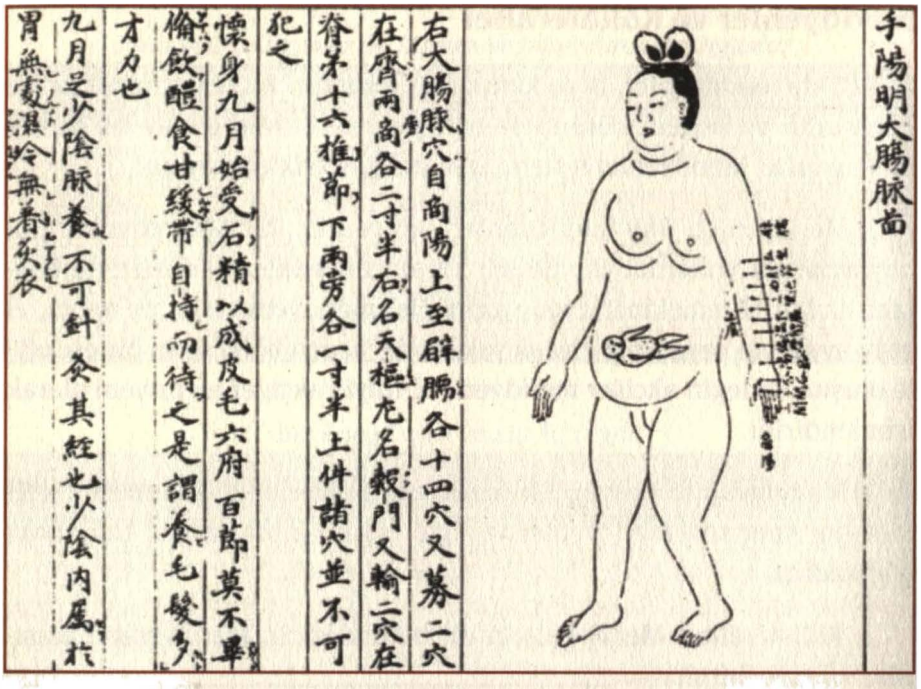
1. Meridyenler: *Jing* (meridyenler) adı verilen, bir ağaç gövdesi gibi boylamasına yollardır. Bir döngü yaratacak şekilde birbirleriyle bağlantılı olan 12 temel meridyen vardır. Her meridyenin ismi üç organ, el veya ayak, *yin* veya *yang* olacak şekilde üç beden bölgesinin birleşimiyle oluşur. Örneğin akciğer meridyeni, el-*taiyin* akciğer meridyeni olarak isimlendirilir.

2. Meridyenlerin Kolları: Bir meridyenin diğerine bağlanmasını sağlamanın yanı sıra meridyenler ve ilgili organlar arasındaki bağlantıyı güçlendirir.

3. Kollateraller: Meridyenlerin alt bölümleridir. Meridyenleri karşılıklı olarak birbirine bağlar. 15 temel kollateral vardır. Dalgalanan kollateraller ya da küçük kollateraller olarak bilinen küçük noktalar halinde bedene dağılmışlardır.

El-Tai Yin Akciğer Meridyeni

4. Sekiz Sıradışı Meridyen: *Nan Jing* (81 Zorlu Konu Üzerine Kanunlar), *Huang Di Nei Jing*'de (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) sözü geçen 12 meridyene, bazı GÇT kaynakla-



Eski bir kitapta, hamile bir kadının tedavisi için akupunkturun nasıl yapılacağını gösteren bir resim

rında kayıtlı olan daha fazla meridyen eklemiştir. Bu fazladan meridyenlerden *du mai* (yönetici meridyen) ve *ren mai* (merkez meridyen), hekimlerin ve çigong[2] uygulayıcılarının daha fazla önem verdikleri meridyenler olmuştur.

5. Kas Sistemi ve Deri Bölümleri: *Huang Di Nei Jing*'de (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) tendonlar, kaslar ve eklemler 12 düzenli meridyene yardımcı olurlar ve 12 düzenli meridyenin tendonu olarak adlandırılırlar. Bu tendonlar ve deri bölümleri meridyen değildirler fakat çi ve kanın biriktiği, yayıldığı ve bir noktaya gönderildiği yerlerdir.

6. Akupunktur Noktaları: Akupunktur noktaları, çi ve kanın aktığı, meridyenlerin birbirine gönderim yaptığı yerlerdir. Ancak meridyenler üzerinde yer almayan bazı özel akupunktur noktaları bulunmaktadır. Bu özel akupunktur noktalarından bazıları sadece sezgisel olarak bulunur ve *A-shi* akupunktur noktası olarak bilinirler.

2 Çigong: Geleneksel Çin tıbbında yaşam enerjisi olarak tanımlanan çi enerjisinin dengeli ve düzenli bir şekilde bedende akmasını sağlayacak çalışmalara verilen genel addır. (YN)

GÇT çalışmalarında uzmanlaşmamış olanlar için meridyenlerin doğasını anlamak zordur. İnsan bedeninde anatomik olarak bu tür noktalar bulunamaz fakat bu noktaların teorik ve klinik olarak önemleri çok büyüktür.

İlk olarak, meridyen teorisi üzerinde oldukça uzun zaman boyunca çalışılmıştır. Bu tür çalışmaların kaydedildiği ipek ve bambu sayfalar 1970'li yıllarda ortaya çıkarılmıştır ve bunlar *Huang Di Nei Jing*'den (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) daha da eskiye aittir. Bu antik kayıtlarda 11 meridyen bulunuyordu ve bunların akış yolları kısaydı. Bunlar ne birbirleriyle ne de iç organlarla bağlantı halindeydiler. Bu kayıtlarda akupunktur noktalarına ait bir bilgi de bulunmuyordu. Han Hanedanlığı döneminde geliştirilmiş olan meridyenler ve kollateraller teorisi aslen *Huang Di Nei Jing*'in (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) açıklamalarına dayanır. Wang Weiyi, Kuzey Song Hanedanlığı'nın ilk dönemlerinde (987-1067) 14 meridyen ve 657 akupunktur noktasını gösteren, normal insan boyutlarında bronz bir heykel yapmıştır.

El-Yang Ming Kalın Bağırsak Meridyeni resmi

Du Mai (Yönetici Meridyen) resmi

İkinci olarak, genellikle GÇT'nin meridyenler üzerine yoğunlaştığına inanılır. Aslına bakılırsa, geleneksel tıbbın çeşitli sistemlerinde çi ve kan akışı hakkında benzer açıklamalar bulunmaktadır. Geleneksel Hint tıbbında kalp, 10 adet damarla bağlantılı olan bir turp şeklinde açıklanır ve göbek bölgesinden başlayan 24 tane daha damar bulunur. Bunun nedeni, antik çağlarda farklı bölgelerde yaşayan insanların tıpla ilgili bilgileri sadece gözlem yoluyla edinmiş olmalarıdır.

Üçüncü olarak, Çinli hekimler Batı tıbbıyla iletişimin başlamasından önce meridyenler ile damar ve sinir sistemi arasındaki farklar konusunda net bir bilgiye sahip değillerdi. *Huang Di Nei Jing*'de (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) küçük yüzeysel damarlar, küçük meridyenler olarak adlandırılmıştır. Büyük meridyenlerin derinden, kasların içinden geçtiği için gözle görülmediğine inanılmıştır. Bu tür bir açıklamaya göre, kırmızımsı bir cilt rengi kılcal damarlara iğne batırılarak çözülebilecek bir sıcak hastalığı gösterirken, mavimsi bir cilt rengi küçük damarlara iğne batırılarak giderilebilecek bir soğuk hastalığı gösterir.

Dördüncü olarak, meridyenler teorisi yapay bir sistemdir. Örneğin, *Huang Di Nei Jing*'in (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) ortaya çıktığı zaman boyunca, hekimler omurganın yanındaki hassasiyetin bazı organlardaki hastalıklarla bağlantılı olduğu sonucuna vardılar ve böylece arka *shu* akupunktur noktalarının beş *zang* organ ile ilişkili olduğuna karar verdiler. Halbuki meridyenler teorisine göre, omurganın yanında yer alan bu akupunktur noktalarının tamamı ayak-*taiyang* idrar torbası meridyenine aittir. Bu gerçeği bilmek, idrar torbası meridyeni ile diğer iç organlar arasındaki ilişkiyi anlamak için çok önemlidir. Diğer bir örnek ise 12 meridyen tarafından oluşturulan çi ve kan dolaşımıdır. Bu tür bir dolaşım kalpten başlamak yerine mideden başlamaktadır. Çünkü o zamanlarda çi ve kanın üretimi ve hareketiyle ilgili açıklama, sadece besinlerin sindirilmesi ve emilimi temeline dayanarak yapılabiliyordu.

Beşinci olarak, meridyen teorisi ile eczacılık arasında kayda değer bir fark vardır. Eczacılıkta, ilaçların işlevi ve endikasyonları hakkındaki bilgiler toplanmış ve yenilenmiştir. Ancak meridyenler ve kollateraller teorisi, yaklaşık 2.000 yıl önce oluşturulduğundan beri değişmeden kal-

Qing Hanedanlığı döneminde yapılmış meridyen resimleri

mıştır. Farklı uygarlıklar boyunca hekimlerin yaptığı çalışmalar, oluşturulmuş olan bu teoriyi daha iyi kanıtlayabilmek için delil bulma temelinde yoğunlaşmıştır.

Etiyoloji (Nedenbilim)

GÇT etiyolojisi nispeten basittir. İçsel nedenler, dışsal nedenler, ne içsel ne dışsal olan nedenler olmak üzere üç durum içerir.

Dışsal nedenler aşırı soğuk, yaz sıcağı, kuruluk, nemlilik gibi, havada normalin dışında oluşan değişimleri içerir. İnsan bedeni havadaki bu anormal değişimlere maruz kaldığında dışsal hastalıklar baş gösterir. Örneğin, yaz aylarında görülen soğuk algınlığının kış boyunca soğuğa maruz kalınmasından; kışın görülen yüksek ateşin ise yaz aylarındaki hastalık unsuru sıcaklığa maruz kalınmasından kaynaklandığına inanılır. Bu nedenle, bu tür hastalık unsurlarının zıt aylarda görülmesine gizli hastalık unsuru denir.

Ming Hanedanlığı döneminde yapılmış, bir atın Akupunktur Noktalarını gösteren resim

GÇT'de dışsal hastalıklar soğuk çarpması (veya dışsal kaynaklı ateşli hastalık) olarak adlandırılır; çoğunlukla GÇT'nin ayrı bir dalı olarak ele alınır ve geniş kapsamlı tıp kitaplarında yer alır. Bu tür bir olgunun nedenbilimsel etkenlerin basit sınıflandırılmasıyla ve GÇT'deki farklı birçok hastalığın tanımlanmasıyla ilişkisi vardır.

Örneğin, GÇT beriberi hastalığının (B1 vitamini eksikliğinden kaynaklanan, yürüme bozukluklarına ve felce neden olabilen bir hastalık) sudan ve nemlilikten kaynaklandığına inanır çünkü

Yuan Hanedanlığı döneminden, göz hastalığı tedavisini gösteren bir duvar resmi

bunlar topraktan gelir. Yani, GÇT kalp kası iltihabının nedenini, B1 vitamini eksikliğinden kaynaklanan beriberi hastalığının kalbe hücum etmesi olarak görür. GÇT'ye göre, beriberi hastalığına yakalanmış kişilerin pirinç yemekten kaçınmaları, sadece undan yapılmış besinleri tüketmeleri gerekir çünkü pirinç suda yetişir ve beriberi hastalığı suyun ve nemliliğin bedene hücum etmesi nedeniyle oluşur. Neyse ki bu tür bir benzetim modern tıp ile oldukça uyumludur. Modern tıbba göre, rafine edilmiş pirinç B1 vitamininden yoksundur fakat un B1 vitamini açısından zengindir.

Yukarıda yapılmış olan analiz antik çağlarda birçok hastalığın isminin nedensel tanılarla ilişkisi olduğunu gösterir. Bununla birlikte bu tür tanılar çoğu durumda sadece belirtilerle koyulan tanılardır. Antik ve modern çağ farklı etiyolojik anlayışlara sahip olduğu için antik çağlardaki bir hastalığın isminin modern çağlardakiyle aynı olup olmadığını anlamak zordur.

Ming ve Qing Hanedanlıkları döneminde dönüm noktası niteliğinde bir yenilik gerçekleşmiştir. 1660'larda yaşamış Wu Youke isimli bir hekim, salgın hastalıklar üzerinde dikkatli bir gözlem yapmış ve dışsal kaynaklı hastalıkların mutlaka hava koşullarının değişiminden değil, ağız ve burun yoluyla vücuda giren bir çeşit ölümcül etkenden kaynaklandığı sonucuna ulaşmıştır. Bu tür ölümcül etkenler diğer etkenlerden farklıydı. Bu etkenler insan vücuduna girebilir fakat evcil hayvanları etkilemezdi. Bu tür ölümcül etkenlerin doğası anlaşılabilmiş olsaydı, bu etkenleri kontrol altına almak için bir ilaç geliştirilmesi mutlaka mümkün olurdu.

Zaman geçtikçe, Çin'in güneyinde nüfus hızla arttı ve bulaşıcı hastalıklar da arttı. Ardından, ateşli hastalıklar okulu kuruldu. Ye Tianshi (1667-1746) bu okulun önemli kişilerinden biriydi. Bu okulun bulaşıcı hastalıklarla başa çıkmaya çalışan hekimleri, hastalık sendromlarını altı meridyene göre ayırmak yerine, üst, alt ve orta üçlü ısıtıcı ile birlikte, *wei* (koruyucu evre), çi (çi evresi), *ying* (beslenme evresi) ve *xue* (kan evresi) düşüncesini benimsemişlerdir. *Ma huang* (Herba Ephedrae) ve *gui zhi* (Ramulus Cinnamomi) gibi kekre tada sahip sıcak doğalı bitkiler

yerine, *sang ye* (Folium Mori), *ju hua* (Flos Chrysanthemi) ve *lian qiao* (Fructus Forsythiae) gibi bitkileri kullanarak *Shang Han Lun*'un (Soğuk Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) teorisini güçlendirmişlerdir.

Yuan Hanedanlığı döneminden zehirlenme ile ilgili bir resim

İçsel nedenler duygusal değişimler, düzensiz beslenme, fiziksel yorgunluk ve aşırı cinsel aktivite gibi etkenlerdir. GÇT fiziksel hareket ve cinsel aktivitenin kısıtlanmasının önemini özellikle vurgulasa da, bunların tamamen bir kenara bırakılıp nefsin isteklerinin kırılmasını asla savunmaz. Yalnız bir hayatın pek çok fiziksel ve zihinsel hastalığın nedeni olduğunu vurgular. GÇT, beş element teorisine göre zihinsel durum ile beş *zang* organ arasında sıkı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. GÇT, Fiziksel ve zihinsel durumun bu ilişkisi nedeniyle, zihinsel sorunları fiziksel hastalıkların, fiziksel hastalıkları da zihinsel sorunların bir parçası olarak ele alır. Örneğin kalp çi'sindeki fazlalık aşırı kahkaha atmaya, eksiklik ise keder ve hüzne neden olur. Oysaki 18. yüzyılda Batıda, zihinsel sorunları olan insanlar suçlu ve şeytan olarak görülüyorlardı ve fiziksel olarak cezalandırılıyorlardı. Jin ve Yuan Hanedanlıklarının dört büyük hekiminden biri olan Li Gao, yetersiz beslenme ve aşırı yorgunluğun hastalığa neden olduğu konusunda teorik çalışma yapan ilk kişidir. Dışsal kaynaklı gibi görünen fakat aslında içsel kaynaklı olan hastalıkları konu eden *Nei Wai Shang Bian Huo Lun* (İçsel ve Dışsal Kaynaklı Hastalıkların Zararları Konusundaki Endişeleri Giderme) isimli kitabı yazmıştır. Bu tür hastalıklar dalak ve midenin düzene sokulmasıyla tedavi edilmelidir. Dalak ve midenin nasıl düzene sokulacağını anlatan

ve mide çi'sinin *yuan* çi (ilkel çi) olduğunu ifade eden, *Pi Wei Lun* (Dalak ve Mide Üzerine Bilimsel Eser) isimli başka bir kitap daha yazmış ve halen popüler olan önemli reçeteler geliştirmiştir.

İçsel ya da dışsal kaynaklı olmayan hastalıklar ise sakatlanma, böcek ısırması ya da hayvan saldırısı nedeniyle yaralanma, zehirlenme ve kalıtsal etkenlerdir.

Tanı

Wang (muayene), *wen* (dinleme ve koklama), *wen* (tetkik) ve *qie* (nabız ölçme ve el ile muayene), GÇT'de kullanılan dört temel tanı yöntemidir. *Huang Di Nei Jing* (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) gibi kitaplarda *wang* (muayene) ve *qie* (nabız ölçme ve el ile muayene) teorik olarak detaylı bir şekilde ele alınmıştır.

Wang (muayene)

Muayene, hastayı gözlemleme yoluyla hastalık hakkında bilgi toplamak anlamına gelir. Muayene temel olarak zihinsel durum, fiziksel durum, yüz ifadesi ve dilin durumunu gözlemlemek anlamına gelir. Dışarıyı gözlemleyerek içsel durumu anlayabilmek, insan bedeninin fizyolojik işlevlerini ve patolojik değişimlerini anlayabilmek için kullanılan önemli bir yöntemdir. Gözlemleme yoluyla tanı koymak temel olarak beş element teorisine dayanır. Beş element teorisine göre ateş elementi kırmızı renk ile, metal elementi beyaz renk ile eşleşir. Yani cildin kırmızı görünmesi sıcaklığı, beyaz görünmesi ise soğukluğu gösterir. İç organlarla ilgili olarak, sarı renk dalak, siyah renk böbrek ile ilişkilidir.

Nabız ölçen Arhat heykeli

Antik çağlarda hekimlerin muayene edeceği bir kadın modeli

Konumlanma ile ilgili olarak, merkez bölüm dalağa, doğu karaciğere ve batı akciğere karşılık gelir. Yani elmacık kemiğinin sol tarafındaki renk karaciğerin durumunu, sağ tarafındaki renk ise akciğerin durumunu gösterir. Muayene yaparken parlaklık renkten daha önemlidir çünkü parlaklık sağlığı, aydınlık olmayan bir cilt ise hastalıklı bir durumu ifade eder.

Dil muayenesi şimdilerde diğerlerinden bağımsız bir tanı yöntemidir. Bu yöntem çi'nin ve kanın durumunu anlamak için kullanılırdı. Örneğin, açık renkli bir dil kansızlığı, şişkin bir dil ise çi yetersizliğini gösterir. Dili muayene ederek hastalık etkeninin doğası anlaşılabilir. Örneğin, dil yüzeyinin sarı olması sıcaklığı, kalın olması hastalık unsurlarının fazlalığını, dil kökündeki yüzeyin kalınlığı ise hastalık unsurların derinde olduğunu gösterir.

Muayenenin uygulanması, meridyenler teorisi ile bağlantılıdır. Örneğin, *ren mai* (merkez meridyeni) bedenin ön orta hattı boyunca ilerlediğinden, dudak üstü bölgesi bile merkez meridyendeki çi'nin yetersizliğini ve yeniden oluşturulmasındaki problemleri gösterir. Deneyimlere göre, uzun kaşa ve büyük kulaklara sahip olan insanların daha uzun yaşadığı sonucuna varılmıştır. Bu deneysel tecrübeler GÇT'de de yankı bulmuştur. Örneğin GÇT, iliklerin durumunu kaşların, böbreklerin durumunu ise kulakların gösterdiğine inanır.

Hekimlerin hastaların nabzını ölçmek için kullandıkları yastık

Qie (nabız ölçme ve el ile muayene)

Bu yöntem kemiklerdeki kırıkları, karındaki şişlikleri ve cildin durumunu muayene etmek için kullanılır. Ancak en çok nabız ölçmek amacıyla kullanılır. Bu tür bir tanı yönteminin gelişmesi, damarlardaki nabız atışının anlaşılmasına dayanır. Antik dönemlerde bedenin çeşitli bölgelerindeki nabız noktalarının muayene edilmesi bu nedenledir. Meridyenler teorisi ortaya atıldığında, bu muayene ayrı ayrı meridyenler üzerinde uygulanmıştır.

Doktorlar nabız durumu ile hastalık tanısını birleştirmek ve bu yöntemi kullanmak için çağlar boyunca çeşitli teoriler üretmişlerdir. GÇT nabız atışındaki değişikliğin *yin* ve *yang*'ın dört mevsim içinde dalgalanma göstermesiyle yakından ilişkili olduğuna inanır. Bu nedenle bu yöntem dört mevsimde nabız muayenesi olarak adlandırılır. Geçmişte nabız muayenesi, baş, ayak ve el (gökyüzü, yeryüzü ve insan bedenine karşılık gelecek biçimde) olmak üzere bedenin üç bölgesinde yapılırdı. Bu nabız muayenesi, üç bölge ve dokuz bölüm olarak bilinir.

Yaygın olarak kullanılan nabız muayenesiyle bağlantılı olan yöntemler, *ren ying* ve *cun kou* muayenesidir. *Ren ying* boyun atardamarı üzerinde bulunur ve *yang* ile bağlantılıdır; *cun kou* ise önkol damarı üzerinde bulunur ve *yin* ile bağlantılıdır. Şimdilerde doktorların nabız ölçmek için tercihleri sadece *cun kou* olmuştur. *Cun kou* kendi içinde orta parmaktan itibaren *yin* ve *yang* olmak üzere iki bölüme ayrılır. Birinci bölge olan *cun* orta parmaktan bilek çizgisine kadar olan bölümdür; orta parmaktan dirseğe kadar olan bölüm ise *chi* olarak bilinir.

Cun, guan ve chi geleneksel nabız muayenesi

Halen varlığını koruyan kaynaklara göre nabız muayenesindeki değişimler *Nan Jing* (81 Zorlu Konu Üzerine Kanunlar) zamanlarına kadar uzanır. *Nan Jing* (81 Zorlu Konu Üzerine Kanunlar) bir soruyla başlar: 12 meridyenin tümünün kendi titreşimi (nabzı) var olduğu halde, nabız muayenesi neden sadece *cun kou*'dan yapılır? *Huang Di Nei Jing* (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) dirseğe kadar olan bölümün muayenesinden söz etmiştir fakat bu sadece önkol boyunca cildi muayene etmek anlamındadır. GÇT'de nabız muayenesindeki değişimler, *yin-yang* teorisi temel alınarak yapılmıştır.

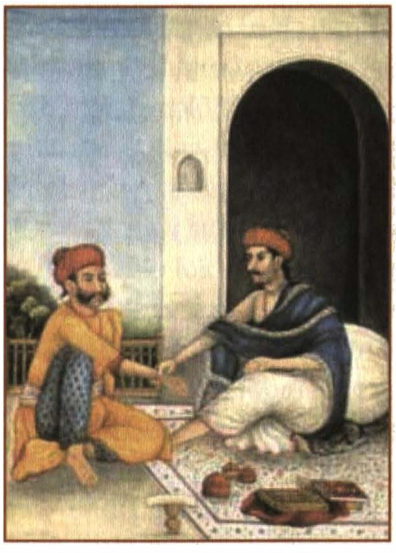
Batı Jin Hanedanlığı döneminin imparatorluk hekimi olan Wang Shuhe tarafından yazılan *Mai Jing* (Nabız Kanunları) isimli kitapta, nabız muayenesine ait bir diğer önemli değişiklik yer almıştır. *Guan*, yani nabız ölçmek için orta parmağın konulduğu yer, nabız ölçmek için başka bir bölge haline gelmiştir. Sonrasında *cun kou*'daki nabız, beş *zang* organ ve altı *fu* organa karşılık gelecek biçimde, *cun*, *guan* ve *chi* olmak üzere üç bölüme ayrılmıştır. *Chi* ve *cun* ayrımı artık *yin* ve *yang* ile değil, insan bedeninin üst ve alt bölgeleriyle ilgili olmuştur. Sol elden alınan *cun*, *guan* ve *chi*, sırasıyla kalp, karaciğer ve böbreğe karşılık gelirken; sağ elden alınan *cun*, *guan* ve *chi*, akciğer, dalak ve *ming men*'e (yaşam kapısı) karşılık gelir. Nabız ile iç organlar arasındaki bu karşılıklı durum, *yin* ve *yang*'ın yerini sol (*yin*, kan) ve sağın (*yang*, *çi)* aldığını gösterir. Bu yöntem günümüze kadar uygulanmıştır. *Mai Jing* (Nabız Kanunları) 24 nabız çeşidi olduğundan söz etmiştir. Ancak *Huang Di Nei Jing* (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları), en fazla 10 çeşit nabızdan söz eder.

Wen (dinleme ve koklama) ve Wen (tetkik)

Wen, hastanın sesini ve nefesini dinlemek, aynı zamanda ondaki kokuları koklamak anlamına gelir. Bu yöntem tanı koymak ve hangi ilacın kullanılacağını anlamak için bilgi toplamak amacıyla kullanılır. Örneğin, öksürük sesi doktora hastalığın kuruluktan, rüzgâr çarpmasından, balgamdan veya akciğerdeki bir yaradan kaynaklanıp kaynaklanmadığını anlama konusunda yardımcı olabilir.

Tetkik, hem GÇT doktorları hem de Batılı doktorlar tarafından kullanılır. Tetkik sayesinde doktor, kişisel duygular, var olan alışkanlıklar, hastalık geçmişi ve hastalığın mevcut durumu ile ilgili bilgileri alabilir. Ming Hanedanlığı döneminde Zhang Jingyue, yazdığı *10 Sorunun Şarkısı* isimli kitapta, klinik çalışmalarda tetkik yapan doktorların deneyimlerini özetlemiştir. Bu 10 soru, sonraki nesiller tarafından geliştirilmiş, zenginleştirilmiş, hatta sorgulamanın formülü haline gelmiştir.

Günümüzde tanı koymak için gelişmiş modern teknoloji ve araçlar mevcuttur. Geleneksel tanı koyma teknikleri uygulayan modern GÇT doktorları, bu yeni teknoloji ve araçlar ile tanışmak ve klinik tanı ve tedavilerinde bunları kullanmak durumundadırlar.



Nabız alma tekniği, 11. yüzyılda Arap dünyasına tanıtılmıştır

Doğru tanının konulabilmesi için, bu dört tanı yöntemi kullanılarak edinilen bilgiler toplanmalı ve bir analiz yapılmalıdır. Sendromların ayırt edilmesi olarak bilinen böyle bir analiz *yin*, *yang*, içsel, dışsal, soğuk, sıcak, yoksun ve taşkın olmak üzere sekiz prensibe göre yapılır. Bu sekiz prensip arasında en önemli olanları *yin* ve *yang*'dır.

Patolojik durumlar çoğunlukla karmaşıktır. Dolayısıyla, kesin bir tanı koyabilmek her zaman kolay olmaz. Klinik göstergeler bazen yanlış olabi-

lir. Bu yüzden doktorların bu dört geleneksel tanı yöntemi sayesinde edindikleri bilgileri çok iyi analiz etmeleri gerekir. Örneğin, kalp yetmezliğinden kaynaklanan ve zatürreeye neden olan akciğer sorununu ele alalım. Zatürree ve soğuk algınlığı hastalığında ısıyı düşürme ve toksinleri atma yöntemi faydasız olacaktır çünkü ısının buradaki tezahürü yanlıştır. Ancak yüksek dozda kullanılacak kalp ilaçları kullanılırsa iltihap giderilecek ve ateş düşecektir.

Klasik Çin romanlarından, hekimlerin kraliyet ailesi kadınlarının parmağına bağladıkları ipe dokunarak nasıl tanı koyduklarını gösteren bir resim

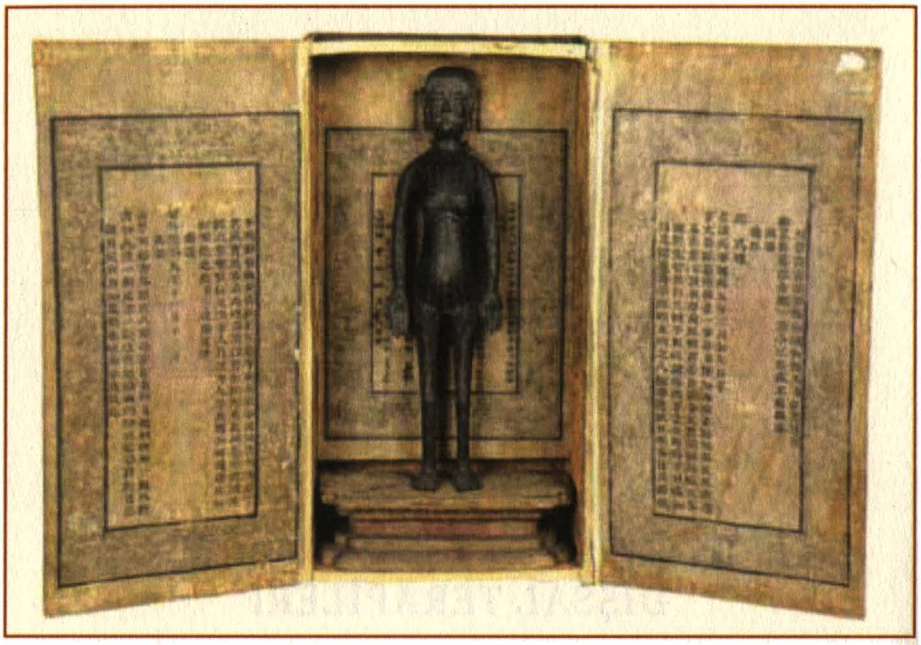
IV
GELENEKSEL ÇİN TIBBININ İÇSEL VE DIŞSAL TERAPİLERİ

Akupunktur ve Moksibüsyon

Akupunktur ve moksibüsyon Çin'de binlerce yıl önce geliştirilmiş terapötik yöntemlerdir. Bu yöntemlerin genellikle ilkel toplumlardaki kan alma ve sıcak kompres uygulama yöntemlerine dayandığına inanılır. Ancak Batı Zhou Hanedanlığı döneminde yazılmış olan *Zhou Li* (Zhou Hanedanlığı'nda Uygulanan Ritüeller) isimli kitapta, tıbbi idare ve terapötik yöntemler hakkında detaylı bilgiler yer alırken, akupunktur ve moksibüsyon uygulamasına dair herhangi bir bilgi bulunmamaktadır. Bu iki yöntem hakkındaki en eski bilgiler, Çin'in Hunan Eyaleti'ndeki Ma Wang Dui'de bulunan, Batı Han Hanedanlığı döneminden kalma bir mezardan çıkarılan ipek kitaplarda bulunabilir.

Moksibüsyon

Moksibüsyon, moxa (deri üzerinde yakılarak uygulandığı zaman tahriş olan bölgeyi iyileştiren bir çeşit ham pamuk) ya da pelinotu kullanılarak uygulanan bir geleneksel Çin tedavi yöntemidir. Moxa genellikle, çubuklarla veya akupunktur iğneleriyle işlenir; bazen de hastaların cildinin üzerinde yakılır. Uygulayıcı, noktalar arasında akımı canlandırmak, hastalığı tedavi etmek ve sağlığı korumak amacıyla bölgeyi ve akupunktur noktalarını ısıtmak için moxa kullanır. Bu, iğne tedavisinin bir benzeri ve tamamlayıcısıdır. Bu ikisi birlikte, Çince bir kelime olan "Zhenjiu"yu oluşturur ve genellikle "akupunktur" olarak tercüme edilir. Ancak günümüzde insanlar akupunkturu sadece iğne tedavisi olarak görmektedirler.



Qing Hanedanlığı döneminde yapılmış, akupunktur noktalarını gösteren bir bronz heykel

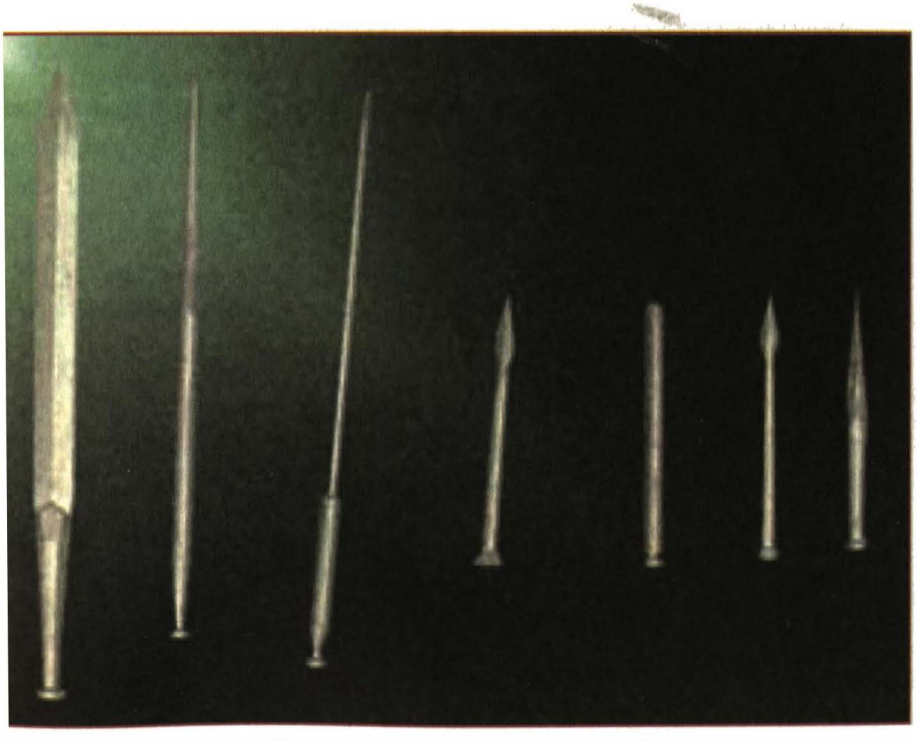
Günümüzde akupunktur ve moksibüsyon dendiğinde, bizler gerçekte onu sadece akupunktur olarak görüyoruz. Akupunktur uygulamasında kullanılan iğneler keskin uçlu taşlardan, taş iğnelerden, kemik iğnelerden, bambu iğnelerden, demir, gümüş ve altın iğnelerden evrilerek oluşmuştur. Bununla birlikte, ipek kitaba ve *Huang Di Nei Jing*'e göre, (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) taş iğneler sadece yara ve çıbanlardaki iltihabı akıtmak için kullanılmıştır. *Huang Di Nei Jing* (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları), taş iğnelerin yara ve çıbanlar için, küçük iğnelerin ise kol ve bacak kramplarında, ağrılarda ve hareket zorluğunda kullanıldığını söyler.

Huang Di Nei Jing'de (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) dokuz çeşit iğneden söz edilir. Bunlardan birincisi, *chanzhen* (ok başı biçiminde iğne) isminde olup, 1.6 *cun*[1] boyundadır. İkincisi, *yuanzhen* (yuvarlak başlı iğne) isimli ve 1.6 *cun* boyundadır. Üçüncüsü, *dizhen* (ok şeklinde) 3.5 *cun* boyundadır. Dördüncüsü, *fengzhen* (keskin iğne) 1.6 *cun* bo-

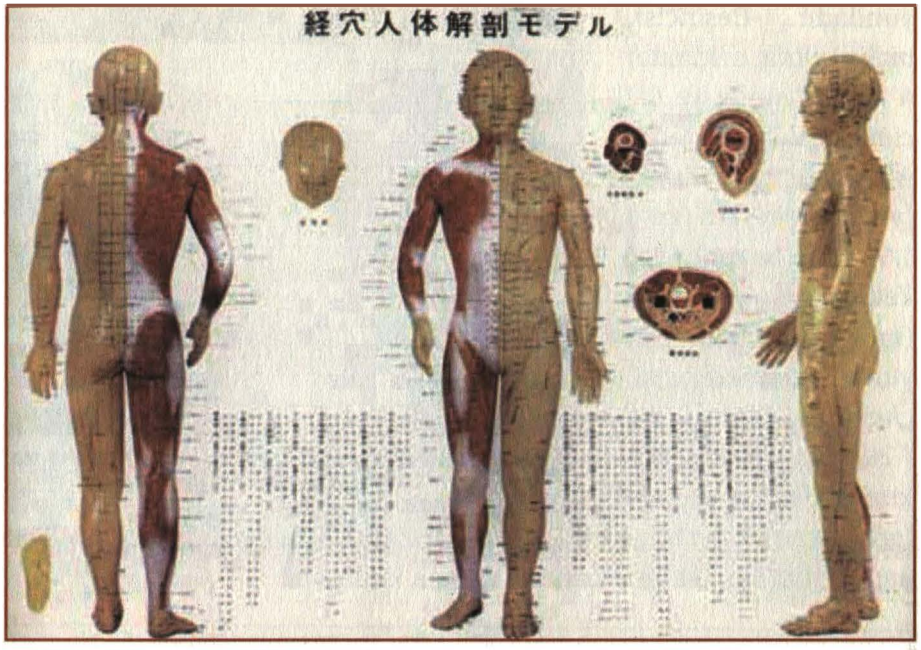
1 Cun: Çin'in bir nevi uzunluk ölçü birimidir. 1 cun= 1/3 desimetre, yani 3.3 santimetre. (YN)

yundadır. Beşincisi, *pizhen* (kılıç şeklinde) 4 *cun* boyunda ve 0.2 *cun* genişliğindedir. Altıncısı, *yuanlizhen* (yuvarlak keskin iğne) 1.6 *cun* boyundadır. Yedincisi, *haozhen* (ipliksi) 3.6 *cun* boyundadır. Sekizincisi, *changzhen* (uzun iğne) 7 *cun* boyundadır. Dokuzuncusu ise *dazhen* (geniş iğne) 4 *cun* boyundadır. Bu dokuz çeşit iğneden bazıları ameliyat amaçlı, bazıları ise iğne batırma amaçlı kullanılır.

Moksibüsyon, belli akupunktur noktaları üzerinde moxa yakmak anlamına gelir



Antik kitaplarda sözü edilen dokuz çeşit iğne

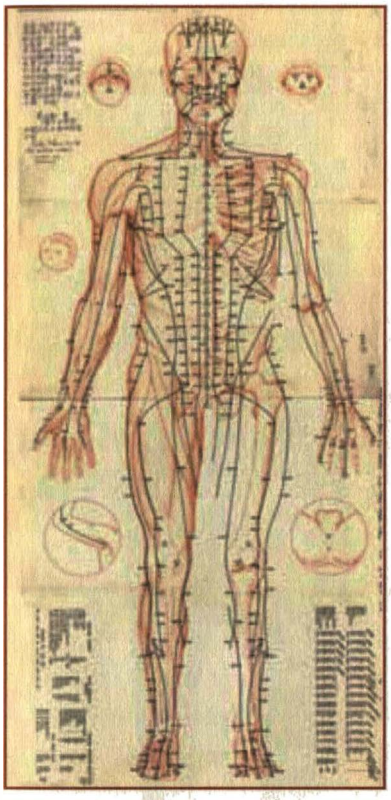


Japonya'da yayımlanan bir kitaptan akupunktur noktalarını gösteren resim

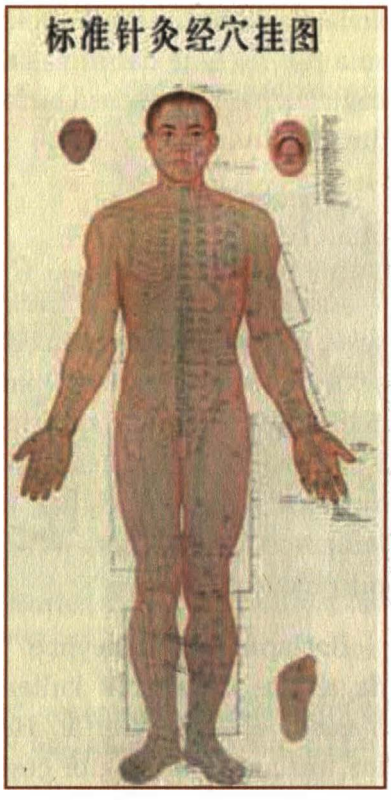
Dışsal olarak kullanılan eski terapi yöntemleri, ameliyat bıçakları ve meridyen hastalıkları çalışmalarının bağımsız olarak gelişmesi nedeniyle giderek uzmanlaşmış sistemler haline dönüşmüştür. Meridyenler çi ve kanın akış yollarıdır ve çeşitli patolojik değişimlere sahiptirler. Meridyenler iç organlarla bağlantılı olduğundan dolayı ipliksi iğneler olarak da bilinen küçük iğneler çi'yi ve kan akışını düzenlemek amacıyla kullanılırlar.

Tüm akupunktur noktaları meridyenler üzerinde bulunurlar. Yani meridyen çalışmaları ile akupunktur tedavisi birbirine sıkı sıkıya bağlıdır. Bunun yanında, tek bir akupunktur noktasının işlevi bile başlı başına bir çeşit deneysel bilgidir. Klinik olarak akupunktur noktaları hakkındaki deneysel bilgi daha önemlidir çünkü bazı özel akupunktur noktaları genellikle bazı hastalıkların tedavisinde olağanüstü bir şekilde etkili olmaktadır.

Örneğin, yanağın yan tarafından el-*yangming* olan kalın bağırsak meridyeni geçer. Yani, şekli bozulmuş bir yüzün tedavisi bu meridyen



Akupunktur noktalarının yerleşimini gösteren, İngiltere'de çizilmiş bir resim



Akupunktur noktalarını gösteren, Çin'de çizilmiş bir resim

üzerindeki akupunktur noktalarına iğne batırılarak yapılabilir. Ancak bu meridyendeki tüm akupunktur noktaları değil, sadece *hegu* noktası[2] (LI 4) bu hastalığın tedavisinde etkilidir. Bu konuda bir başka örnek de sindirim sistemi hastalıklarını tedavi etmek için kullanılan *zusanli* noktasıdır[3] (ST 36). Modern bilimsel deneyler, *hegu* noktasına (LI 4) yapılan iğnelerin kan akışını hızlandırdığını ve yüz ısısını artırdığını kanıtlamıştır. Cerrahi araştırmalar mide delinmesi ve bağırsak tıkanıklığı tedavisinde *zusanli* noktasına (ST 36) iğne batırılmasının, karınzarının yarayı sarmasını ve bağırsakların hareketlenmesini sağladığını kanıtlamıştır. Ancak bilimsel çalışmalar, *hegu* noktasının (LI 4) neden kan akışını

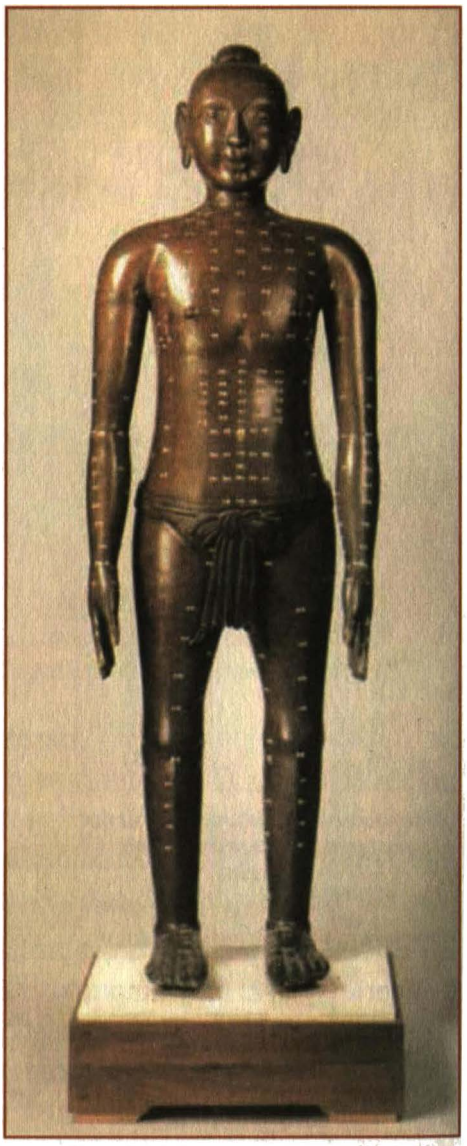
2 Hegu Noktası: İşaret parmağı ile baş parmağın birleştiği nokta. (YN)
3 Zusanli Noktası: Dizkapağının altında yer alan nokta. (YN)

hızlandırdığını, *zusanli* noktasına (ST 36) iğne batırılmasının bağırsak hareketini nasıl hızlandırdığını bulamamışlardır.

Reçeteler

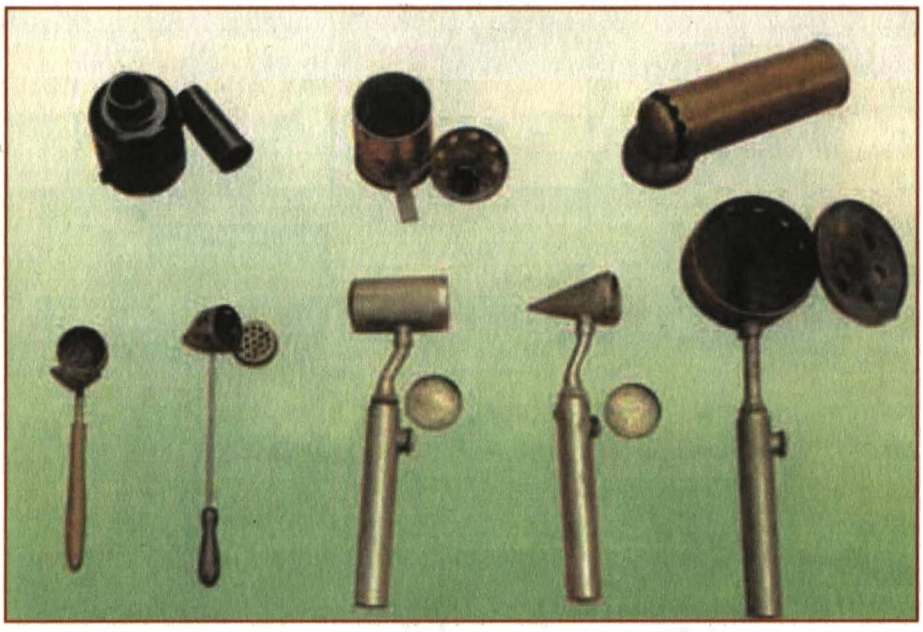
Antik Çin'de, ilaç kullanma şekli, bir orduya kumanda etme şekli ile karşılaştırılırdı. Bunun nedeni, bir ordunun savaşmak için askeri stratejiye gereksinim duyması, tedavi amaçlı ilaç kullanımının ise belli bazı ilkelerinin olmasıydı.

İlaçların bir deneyime ya da teoriye dayanarak kullanılmasına reçete adı verilir. Hap, toz, macun, kapsül gibi çeşitli şekilleri vardır. Belli bazı şifalı otların bir arada nasıl kullanılacağı, hangi kurallara uyulacağı, hangi dozda alınacağı ve klinik uygulamalarda nasıl değişim göstereceği gibi konular, reçete çalışmalarının kuramsal temelidir.



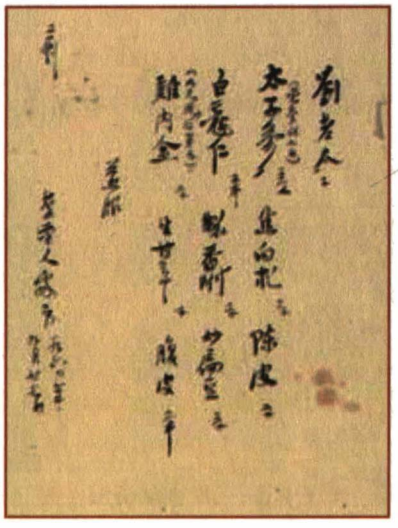
Ming Hanedanlığı döneminde yapılmış, 213 cm boyunda, 666 akupunktur noktasını gösteren bronz heykel

Huang Di Nei Jing'de (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) günümüzde üzerinde 3 reçete teorisi olarak çalışılan 10'dan fazla reçete bulunmaktadır; bunlar "yönetici, başkan, yardımcı ve rehber", "yedi reçete" ve "çi ve koku arasındaki uyum"dur.



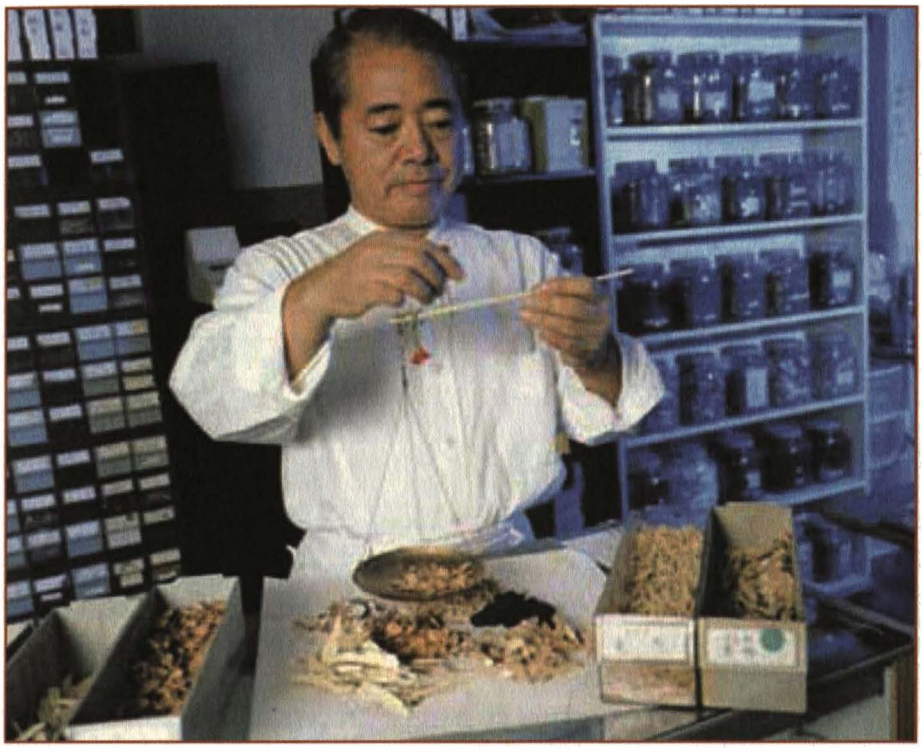
Akupunktur tedavisinde kullanılan çeşitli aletler

"Yönetici, başkan, yardımcı ve rehber", reçetelerin bileşimlerini tanımlamak için kullanılır. "Yönetici ilaç" reçetenin temel bileşenidir, "başkan" şifa etkisini artırmak için "yöneticiye" yardımcı olur, "yardımcı" reçetenin şifalandırıcı etkisini güçlendirir veya toksinleri kısıtlar, "rehber" ise diğer bileşenlere zarar görmüş bölge üzerinde çalışmaları için yol gösterir.

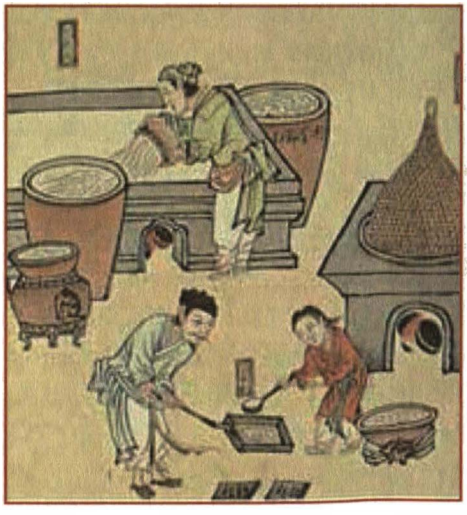


Geleneksel Çin Tıbbı reçetesi

Bir reçete farklı kategoriler halinde sınıflandırılabilir; küçük reçeteler daha az içeriğe ve dozaja sahip olarak nitelendirilirler. Büyük reçeteler ise daha fazla bileşene ve daha fazla dozaja sahiptirler. "Tek sayılı" reçete, reçete içeriğindeki bileşenlerin tek sayıda olması, "çift sayılı" reçete ise



Bir GÇT reçetesinin hazırlanışı



Ming Hanedanlığı'nda yapılmış bir bitki işleme resmi

reçete içeriğindeki bileşenlerin çift sayıda olması demektir. Reçetelerin diğer kategorileri yüksek etkili reçete, orta düzey reçete ve bileşik reçetedir.

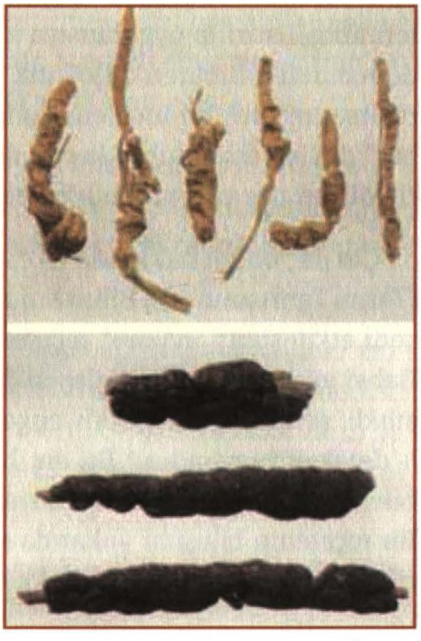
Bazıları, bu teorilerin deneysel uygulamalar sonucunda geliştirilmemiş olabileceğini düşünür. Örneğin *Huang Di Nei Jing* (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) "bağırsakların temizlenmesi için çift reçetenin kullanılmayacağını" söyler. Fakat *Shang Han Za Bing Lun*'da, (Soğuk Al-

gınlığı ve Çeşitli Hastalıklar Üzerine İncelemeler) *da cheng qi tang*'ın (çi'yi destekleyen, kaynatılarak hazırlanan temel öz) yüksek etkili bir reçetenin ancak tek sayıdaki otların bileşimiyle hazırlanacağı söylenir. Hatta, "tek sayılı reçete etkili olmazsa, çift sayılı reçete kullanılabilir" diye de ekler. Eğer durum bu şekildeyse, tek sayılı ve çift sayılı reçeteler arasındaki fark anlamsız görünmektedir. Fakat bilmemiz gereken şey, GÇT teorisinin katı değil aksine oldukça esnek olduğudur.

İlaç şişeleri

"Yönetici, başkan, yardımcı ve rehber" düşüncesi, birçok modern bilimadamı tarafından *Shang Han Za Bing Lun*'daki (Soğuk Algınlığı ve Çeşitli Hastalıklar Üzerine İncelemeler) reçetelerin hazırlanmasının temel ilkesi olarak kabul edilir. Bir reçeteyi incelerken, içeriğinde ne kadar bileşen olduğunun önemi olmaksızın, "yönetici, başkan, yardımcı ve rehber" ilkesi kullanılmalıdır ve bu her zaman daha kullanışlıdır.

Reçetelerin tarihçesi üzerinde çalışma yapanlar, *Huang Di Nei Jing*'de (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) söz edilen "yönetici, baş-



Qing Hanedanlığı döneminde Çin'den Japonya'ya gönderilen otlar

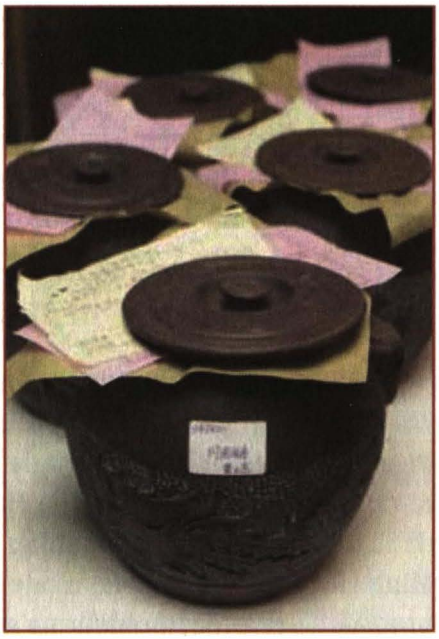
İlaç tozlarını saklamak için kullanılan şişeler

kan, yardımcı ve rehber" düşüncesine önem verirler fakat reçete teorilerinin geliştirilip uygulamaya konulmasının sadece Song Hanedanlığı döneminden itibaren olduğuna inanırlar. Nesnel olarak konuşmak gerekirse, reçetelerin incelenmesinde "yönetici, başkan, yardımcı ve rehber" düşüncesi oldukça kayda değerdir çünkü bir reçetedeki bileşenlerin düzeninin ve uyumluluğunun anlaşılmasına yardım eder.

Çin ilaç bilimi hakkında en eski kitap olan *Shen Nong Ben Cao Jing*'de (Tarım Tanrısının İlaç Bilim Kuralları) sözü geçen "şifalı otlar arasındaki yedi etkileşimin uyumu" reçete hakkında yine çok önemli bir teoridir. Bahsi geçen bu yedi etkileşim karşılıklı destek, karşılıklı yardım, karşılıklı sınırlama, karşılıklı engelleme, karşılıklı etkileşim ve karşılıklı detoksifikasyondur.[4] Bu da, bir reçetenin bileşiminin sadece birkaç bileşenin karıştırılarak bir araya getirilmesi demek olmadığını gösterir. Bir reçetenin bileşimi yukarıda söz edilen ilkelere göre oluşturulur. Tarihte, otların uyumluluğu hakkında çalışma yapan monograflar vardır.

4 Detoksifikasyon: Vücuttaki zehirli maddelerin daha az zehirli bileşiklere çevrilerek atılması. (YN)

Modern çağlarda, modern farmakolojiye göre bitkilerin uyum kuralları üzerinde çalışmak için önemli projeler üstlenilmiştir. Örneğin *Shang Han Lun*'da (Soğuk Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) bahsi geçen bir reçete olan *shao yao gan cao tang* (Flos Moutan ve Radix Glycyrrhizae isimli bitkilerin kaynatılmasıyla hazırlanan bir reçete) üzerinde önceden bilimsel bir çalışma yapılmış bir reçetedir. Sonuç şöyledir:



Ot kaynatmak için kaplar

Çin peony (şakayık) otsulunda bulunan paeoniflorin maddesi, düz kaslar üzerinde doğrudan etki göstererek spazm çözülmesinde etkilidir. Bu aynı zamanda zihni sakinleştirmek, ağrıyı rahatlatmak ve kasılmaları gidermek için de kullanılabilir. Merkezi sinir sisteminin çeşitli bölgelerini farklı şekillerde etkilediği kanıtlanmıştır.

Radix Glycyrrhizae bitkisi, ağırlıklı olark gliserizin, liquiritin ve çeşitli flavonlar[5] içerir. Bunlar kasılma ve ağrıların rahatlatılmasında, yaralara karşı dirençte, öksürüğün kesilmesinde ve toksinlerin atılmasında etkilidir.

Reçetenin etken maddeleri ve farmakolojik etkileri hakkındaki modern çalışmalar, bunun sadece çeşitli ağrıların giderilmesi üzerindeki eylemini ve karma etkilerini kanıtlamıştır. Antik çağlarda insanların bu tür etkileri sağlamak için bu iki bitkinin bir arada kullanılabileceğini nasıl bildikleri ise hâlâ anlaşılamamıştır.

Song Hanedanlığı'ndan sonra, reçetelerin sınıflandırılmasında bazı yeni gelişmeler görülmüştür. Reçeteler gösterdikleri eylemlere göre sekiz

5 Flavon: Çeşitli sarı boyaların esası olan bir madde. (YN)

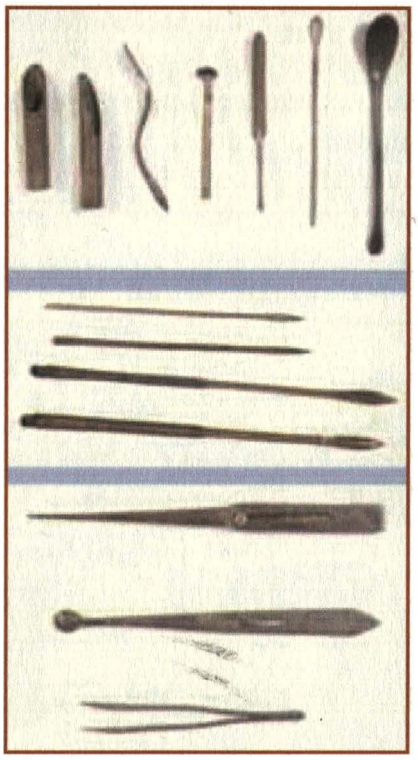
sınıfa ayrılmıştır. Bunlar terleme, kusma, arınma, düzenleme, ısıtma, temizleme, besleme ve ayrıştırma şeklindedir. Reçetelerin bu sekiz sınıfı aynı zamanda sekiz ana tedavi yöntemini gösterir. Klinik olarak bu sekiz yöntem tekli ya da çoklu olarak, hastanın patolojik durumuna göre kullanılır. Örneğin, ısıtma ve temizleme yöntemi bir arada kullanılabilir, besleme ve ayrıştırma yöntemleri belli amaçlar için aynı anda kullanılabilir.

İçeriyi ve Dışarıyı Aynı Anda Tedavi Etmek

Tarihsel kayıtlara göre, tıbbın farklı alanlarda sınıflandırılması Zhou Hanedanlığı döneminden itibaren başlamıştır. Tıp, bu dönemde diyetetik tıp, içsel tıp, ameliyatla ilgili tıp ve hayvansal tıp olmak üzere dört sınıfa ayrılmıştır. Song Hanedanlığı döneminde dokuz branşa daha ayrılmıştır. Jin Hanedanlığı döneminde 10 branş vardır. Yuan ve Ming Hanedanlıkları döneminde 13 branşa kadar çıkmıştır. Tıbbın bu branşları, kendi uzmanlıklarına göre bağımsız olarak gelişmiştir. Örneğin, kemik hastalıkları branşını ele alacak olursak; bu konuda ilk yazı, Tang Hanedanlığı döneminde bu branşın atası olduğuna inanılan Tao-

Bardak çekme tedavisinin uygulanışı

cu Lin tarafından yazılmış olan *Xian Shou Li Shang Xu Duan Mi Fang*'dır (Kemik Kırıklarının Tedavisi İçin Tanrının Gizli Reçeteleri). Song Hanedanlığı döneminde Wang Huiyi tarafından yazılan *Tai Ping Sheng Hui Fang* (Tüm İnsanların Barış ve Mutluluğu İçin Reçeteler) isimli kitapta, bu branş ayrı bir bölüm halinde yer alır. İmparatorluk Tıbbi Yönetiminde ameliyatlar yara-şişlik-kırık şeklinde değiştirilmiştir. Yuan Hanedanlığı'nda, bu 13 uzmanlık alanıyla benzer olmayanların uygulanması yasaklanmıştır.



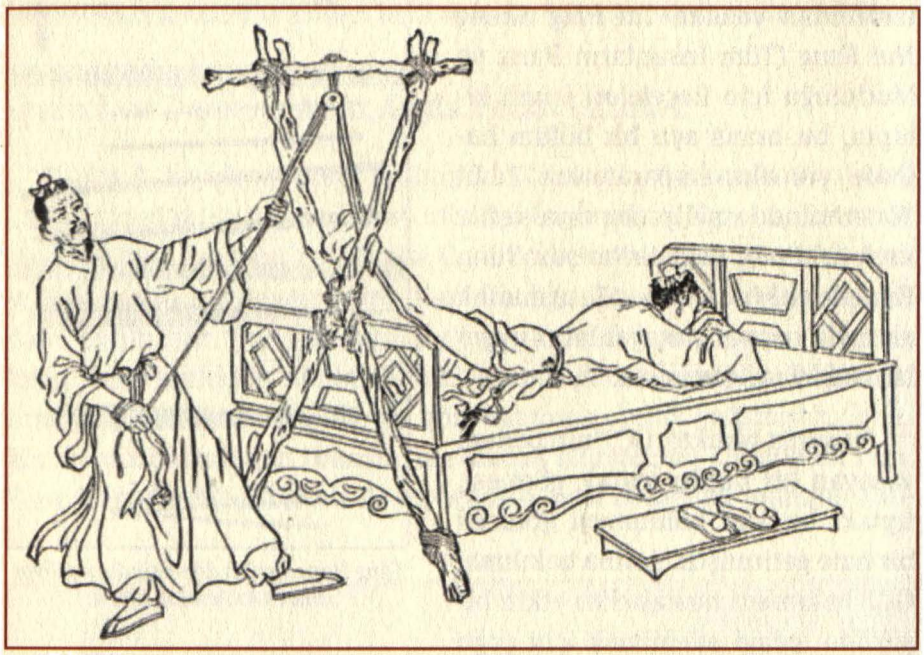
Qing Hanedanlığı döneminde ameliyat amaçlı kullanılan aletler

Bununla birlikte, GÇT'nin bedeni yaşayan bir bütün olarak görmesi, tıptaki bu katı bölünmeyi göreceli bir hale getirmiştir. Aslına bakılırsa, GÇT hekimleri hastalıkları etkin bir şekilde tedavi edebilmek için çoğu koşul altında içsel ve dışsal yöntemleri aynı anda uygulamak zorunda kalmışlardır.

GÇT'de ameliyat, modern tıptaki ameliyatlardan oldukça farklı bir biçimde, yaraların, çıbanların ve diğer deri hastalıklarının tedavisi üzerinde durmuştur. Jin ve Yuan Hanedanlıklarından itibaren, hastalıkların tedavisinde hem içsel hem de dışsal tedavi yöntemlerinin aynı anda kullanılması düşüncesi büyük ölçüde kabul edilmiştir. Osteoloji (kemikbilim) buna tipik bir örnektir. İçsel ve dışsal tedavi yöntemlerinin aynı anda kullanılması, hastalıkların iyileşmesine büyük oranda katkı sağlamıştır.

GÇT'de jinekoloji, pediatri, stomatoloji ve laringoloji, kendi niteliklerinin yanında birbirleriyle de ilişkilidir. Nesnel olarak konuşmak gere-

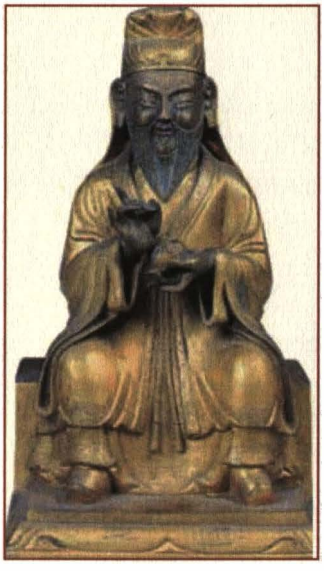
kirse, GÇT geleneksel yöntemlerle akupunktur ve şifalı otlar kullanarak vejetaryen sinir ve endokrin sistemindeki hastalıkları iyileştirmekte üstünken, modern tıp, reprodüktif sistemde tümörlerin tanısında ve giderilmesinde daha güçlüdür.



14. yüzyılda Wei Yilin tarafından omurga hastalıklarının tedavisi için geliştirilen asma yöntemi

V
İLAÇ BİLİMİ

Hastalıkların tedavisinde şifalı otlar veya ilaçlar kullanılır. Ancak her şey şifa amaçlı kullanılamaz. Örneğin, Çinliler sağlık amacıyla yeşim taşı kullanırlar fakat bu bir şifa tıbbı yöntemi değildir. Giysiler giymek, duş almak, şemsiye kullanmak elbette sağlık için iyidir; bu tür konuları geleneksel Hint tıbbına ait klasik kitaplarda bulabiliriz. Antik dönemlere ait *Shan Hai Jing* (Dağların ve Denizlerin Kanunları) isimli coğrafya kitabında, gök gürültüsünden korunmak için bir çeşit kuşun tüyünün alınmasından bahsedilir.



Ming Hanedanlığı döneminde yapılmış Tıp Tanrısı Sun Simiao'nun bronz heykeli

İlaç Bilimi Teorisinin Oluşumu

Geleneksel Çin ilaç bilimi otlar, mineraller ve hayvan parçaları olmak üzere üç çeşit malzeme içerir. Fakat ağırlıklı olan otlardır. Bu nedenle otlar geleneksel olarak

Çin tıbbını isimlendirmek için kullanılırlar. Antik dönemlerde otlar üzerinde yapılan çalışmalar, Çin eczacılığının oluşması için yol gösterici olmuştur. Bu çalışmalar otların ismi, özelliği, etkisi ve yetiştiği yerin yanı sıra nasıl toplanacağı, işleneceği ve saklanacağı konusunda da bilgiler içerir. Wei ve Jin Hanedanlığı'nda otlar hakkında yazılan monograflarda, reçete örneklerine de yer verilmiştir. Batı Han Hanedanlığı'nda şifalı otlar üzerinde çalışma yapmak ve kitaplar yazmak için merkezi hükümet tarafından görevlendirilmiş, matematik, şifalı otlar ve Konfüçyüsçülüğün beş ilkesi bilgisine sahip olan resmi görevliler vardı.

İlaç Bilimi Hakkında Önemli Kitaplar

Shen Nong Ben Cao Jing (Tarım Tanrısının İlaç Bilim Kuralları)

Qing hanedanlığın döneminde yapılmış, şifalı otların toplanışı

Shen Nong Ben Cao Jing (Tarım Tanrısının İlaç Bilim Kuralları), şifalı otlar hakkındaki en eski kitaptır. Doğu Han Hanedanlığı döneminde yazılmıştır. Otlar hakkında yazılan bir diğer önemli kitap olan *Ben Cao* (İlaç Bilimi), Üç İmparatorluk döneminde Hua Tuo'nun öğrencisi Wu Jin tarafından yazılmıştır. Bu kitap neredeyse yok olmuştur. *Shen Nong Ben Cao Jing* (Tarım Tanrısının İlaç Bilim Kuralları) ile çeşitli kitaplarda alıntıları mevcut olan *Ben Cao* (İlaç Bilimi) karşılaştırması şunu göstermiştir; Wu Jin'in yazdığı *Ben Cao* (İlaç Bilimi) çeşitli okullardan fikirler içerirken, *Shen Nong Ben Cao Jing* (Tarım Tanrısının İlaç Bilim Kuralları) şifalı otlar hakkında eksiksiz bir çalışmadır.

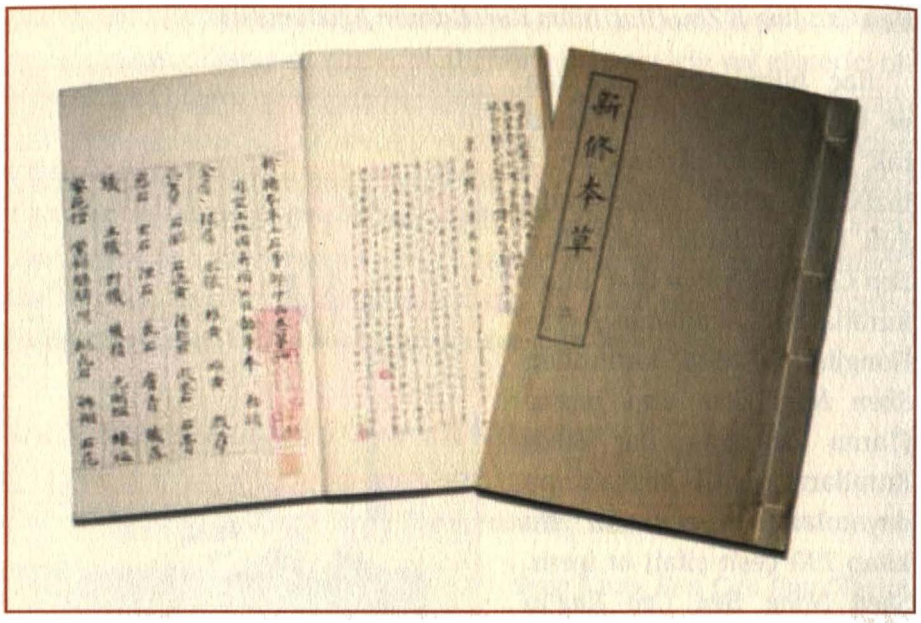
Ben Cao Jing Ji Zhu (İlaç Bilim Kurallarının Açıklaması)

İlaç bilimi, oluşumundan ve hakkında kitaplar yazılarak yayımlanmasından sonra hızla gelişmiştir. Halen varlığını koruyanlardan biri olan *Ben Cao Jing Ji Zhu* (İlaç Bilim Kurallarının Açıklaması), Tao Hongjing (452-536) tarafından *Shen Nong Ben Cao Jing*'in (Tarım Tanrısının İlaç Bilim Kuralları) çeşitli nüshalarına dayanılarak yazılmıştır. Bu kitap 730 çeşit şifalı ot içerir. *Shen Nong Ben Cao Jing*'in (Tarım Tanrısının İlaç Bilim Kuralları) içeriği kırmızı renkle, açıklama ve eklemeleri ise siyah renkle belirtmiştir. Tao Hanging'in kitabında şifalı otların sayısı ikiye katlanmıştır. Tao Hanging, bunun dışında, alt, orta ve üst derece olarak adlandırılan bitki sınıflandırılmasını değiştirmiş, diğer doktorlar tarafından da sıklıkla kabul edilmiş olan doğal özelliğine ve yetiştiği yere göre sınıflandırma yöntemini kullanmıştır. Bu kitapta yapılmış olan deneylerin daha sonraki nesiller tarafından yazılan kitaplar üzerinde çok büyük etkisi olmuştur.

Tao Hongjing'in portresi

Xin Xiu Ben Cao (İlaç Bilim Kurallarının Yeniden Derlemesi)

Tao Hongjing, *Ben Cao Jing Ji Zhu*'da (İlaç Bilim Kurallarının Açıklaması), Çin'deki birleşmenin eczacılığın gelişimini desteklediğinden, Çin'deki bölünmenin ise eczacılık alanındaki çalışmaları engellediğinden söz etmiştir. 657 yılında, Tang Hanedanlığı zamanında Su Jing, bitkilerin isimlerindeki ve tamamlanmış tariflerindeki karışıklığın çözümü için ilaç biliminin yeniden derlenmesi gerektiğini imparatora bildirmiş-



Xin Xiu Ben Cao'nun (İlaç Biliminin Yeniden Yazılan İlkeleri) fotomekanik baskısı

tir. İmparator, içlerinde Su Jing'in de olduğu 20'den fazla bilimadamına, ilaç bilimini yeniden derlemelerini emretmiştir. Yönetim, 659 yılında *Xin Xiu Ben Cao*'nun (İlaç Bilim Kurallarının Yeniden Derlemesi) tanıtımını yapmıştır. Bu, Avrupa'daki *Newlonbourge Pharmacopeia* (1542)'dan 883 yıl önce, resmi olarak derlenmiş ilk ilaçlar kitabıdır.

Ben Cao Jing Ji Zhu (İlaç Bilim Kurallarının Açıklaması) ile karşılaştırıldığında, *Xin Xiu Ben Cao*'daki (İlaç Bilim Kurallarının Yeniden Derlemesi) bitkilerin sayısı daha da genişletilmiş ve bitki listesine 114 yeni bitki eklenmiştir. Bu bitkilerle ilgili renkli resimler ne yazıkki zamanla kaybolmuştur. *Xin Xiu Ben Cao*'da (İlaç Bilim Kurallarının Yeniden Derlemesi) yabancı bazı ilaç bilimi bilgileri kaydedilmiştir. Bu da gösteriyor ki Çin ve diğer ülkeler arasında tıp alanındaki iletişim Tang Uygarlığı zamanında yoğunlaşmıştır.

Bitki İsimlerinin Başka Dillerdeki Karşılıklarına Örnekler

Sanskritçe isimler	Latince isimler	Çince isimler
eranda	Ricinus communis	bi ma
hingu	Ferula asafetida	a wei
aguru	Aquilaria agallocha	chen xiang
marica	Piper nigrum	hu jiao
haridra	Curcuma longa	jiang huang
dadima	Punica granatum	shi liu
turuska	Liquidambar orientalis	su he xiang
kramuka	Areca catechu	bin lang
sirisa	Albizzia lebbeck	he huan
haritaki	Terminalia chebula	ke li le

Zheng Lei Ben Cao (İlaç Bilim Üzerine Detaylı Çalışma)

Song Hanedanlığı imparatorları tıp ve sağlık hizmetlerine büyük önem vermişlerdir. Yönetimin kurulmasından 13 yıl sonra, imparator bazı bakanlara ve imparatorluk hekimlerine ilaç bilimi hakkındaki kitapların düzenlenmesi için birlikte çalışmaları emrini vermiştir. 973 yılında yönetim tarafından *Kai Bao Xin Xiang Ding Ben Cao*'nun (Kaiabo Dönemi'nde Derlenen İlaç Bilim Kurallarının Detaylı Düzenlemesi) tanıtımı yapılmıştır. Song Hanedanlığı'nın ilk imparatoru Zhao Kuangyin, kurallar için bir sonsöz yazmıştır. Bu, resmi olarak yayımlanan ilk ilaç bilimi kitabıdır. Yayımlanmasından bir yıl sonra yeniden düzenlenmiş, 983 çeşit ot ve yaklaşık 139 yeni eklenmiş ot kaydedilmiştir.

Çeşitli ilaç bilim kitaplarında kaydedilmiş olan, şifalı ot olarak kullanılan yenilebilir bitkiler

İmparatorluk meclisi 1057 yılında, tıbbi kitapların yeniden dü-

Ming Hanedanlığı zamanından, Ben Cao Pin Hui Jing Yao (İlaç Biliminin Seçme Koleksiyonu) isimli kitapta otların renkli resimleri

zenlenmesinden sorumlu bir daire kurmuştur. Hekimler ve bazı bakanlar tarafından derlenmiş olan *Jia You Bu Zhu Shen Nong Ben Cao* (Jia You Dönemi'nde Derlenmiş Olan Shen Nong'un İlaç Bilim Kurallarına Ek) isimli kitapta 1083 adet ot çeşidi bulunmaktadır. 1061 yılında Su Jing tarafından derlenen *Ben Cao Tu Jing* (İlaç Bilimin Resmedilmiş Kuralları) isimli kitap tamamlanmıştır. Bu kitap 780 ot ve 634 ot hakkında 933 resim içerir. Bu, oyulmuş harflerle yazılmış türdeki ilk kitaptır. Daha sonraları, 1092 yılında Chen Cheng bu iki kitabı tek kitap halinde birleştirmiş ve kitaba *Chong Guang Bu Zhu Shen Nong Ben Cao Bing Tu Jing* (İlaç Bilimin Resmedilmiş Kurallarına Ek) adını vermiştir.

Song Hanedanlığı süresince halk hekimleri de ilaç bilimi hakkında bazı kitaplar derlemişlerdir. *Zheng Lei Ben Cao* (İlaç Bilim Üzerine Detaylı Çalışma), Siçuan Eyaleti'nde tıp öğrenimi almış olan Tang Shenwei tarafından derlenmiştir. 1082 yılında tamamlanmış olan bu kitabın içeriğinde 1.558 ot türü bulunur. Her ot çizim, tartışma, gösterge, eylem, işlenme yöntemi ve ilgili reçeteye göre incelenmiştir. Bu kitap daha

sonraları birkaç kez resmi olarak düzenlenmiş ve devletin ilaçlar kitabı olarak tanıtılmıştır. Bu kitap önceki dönem hanedanlıklarının hekimleri tarafından yapılan çalışmaları özetlemiştir ve sonraki dönemlere büyük katkısı olmuştur. *Ben Cao Gang Mu* (Çin İlaç Bilimin İncelemesi), Li Shizhen tarafından Ming Hanedanlığı döneminde derlenmiş ve *Zheng Lei Ben Cao*'yu (İlaç Bilim Üzerine Detaylı Çalışma) temel almıştır.

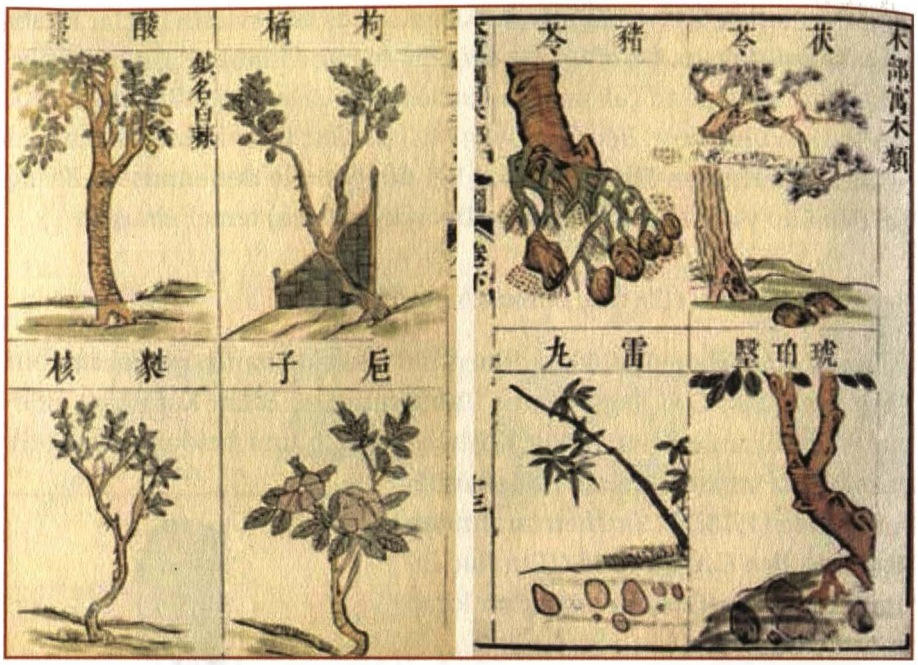
Ben Cao Gang Mu (Çin İlaç Bilimin İncelemesi)

Jin ve Yuan Hanedanlıkları döneminde iki okul vardı: Bunlardan biri *Shen Nong Ben Cao Jing*'e (Tarım Tanrısının İlaç Bilim Kuralları) eklemeler ve düzenlemeler yapar, diğeri ise ilaç bilimi hakkındaki teorik çalışmaları yapardı. Ming Hanedanlığı sonlarında (1578), Li Shizhen tarafından derlenen *Ben Cao Gang Mu* (Çin İlaç Bilimin İncelemesi) isimli büyük bir kitap ortaya çıktı.

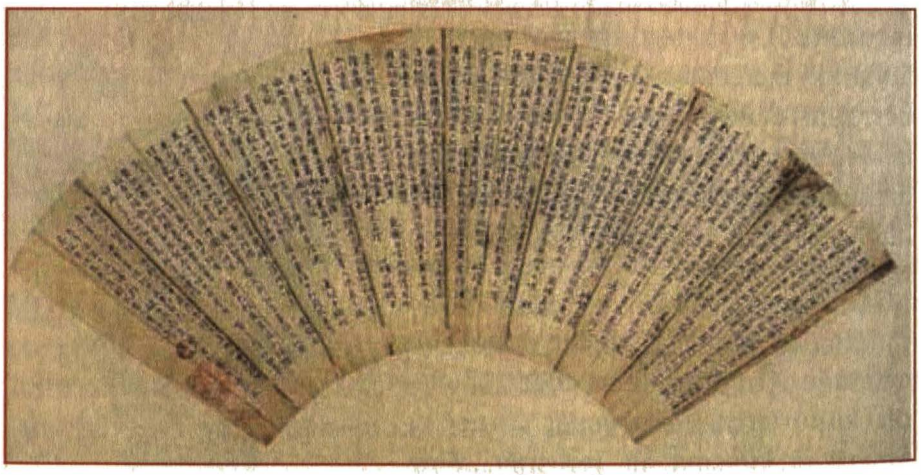
Li Shizhen'in heykeli

Ben Cao Gang Mu (Çin İlaç Bilimin İncelemesi), 60 kategoriye ayrılmış ve 16 bölümde incelenmiş 1.892 adet (374 tanesi yeni) ot türü içerir. Bu büyük kitapta aynı zamanda 1.109 resim ve 1.000'in üzerinde reçete bulunur. Li Shinzhen bu büyük kitabın derlenmesine 30 yılını vermiştir.

Ming ve Qing Hanedanlıkları döneminde, Çin adım adım diğer ülkelerin kültürleriyle tanışmıştır. Örneğin, Amerikan kıtasına ait yerfıstığı, Ming Hanedanlığı'nın ortalarında derlenen *Shi Wu Ben Cao* (Yenilebilir Otlar) isimli kitapta yer almıştır. Qing Hanedanlığı döneminde Zhao Xueming (yaklaşık 1719-1805) tarafından derlenen *Ben Cao*



Ben Cao Gang Mu'da (İlaç Bilimin Büyük İncelemesi) şifalı otlar



Qing Hanedanlığı döneminde kâğıt bir yelpaze üzerine yazılmış, otların nasıl kullanılacağını gösteren şarkılar

Gang Mu Shi Yi'de (İlaç Bilimin İncelemesine Ek) "kinin"[1] gibi Batı tıbbına ait ilaçlar tanımlanmıştır.

1 Kinin: Sıtma ilacı. (YN)

Farmakolojik Çalışmalar

Song Hanedanlığı döneminde tıbbi muayene, hastalığın nedenine ait görüşleri; otların üretim yeri, işlevi, özelliği, tadı, uyumluluğu ile tıp ve ilaç bilimi kurallarına göre işlenmesini; aynı reçetedeki bileşimi ve miktarı da kapsıyordu. Tıbbi teori ve ilaç bilimi bilgilerinin birleştirilmesi, her ikisinin de NeoKonfüçyüsçülüğün etkisi altında gelişmesini sağlamıştır.

Kou Zongshi tarafından derlenen *Ben Cao Yan Yi*'de (İlaç Bilimin Açıklaması), otların iyileştirici etkisini açıklamak için, otların özelliği ve tadıyla ilgili fikirler sunulmuştur. Jin ve Yuan Hanedanlığı'ndan sonra, hekimler otların özelliği ve tadıyla ilgili daha fazla çalışmalar yapmış ve bu özellikleri dört kategoride özetlemişlerdir. Bunlar; artan, azalan, batan ve yüzen şeklindedir. Bunlardan başka, hekimler bazı bitkilerin bazı meridyenler üzerinde faydalı olmayabileceğini keşfetmişlerdir. Bunun ardından otların meridyenlere katkısı teorisi geliştirilmiştir.

Diğer ülkelerden gelen tıbbi materyaller hakkındaki antik kitaplardaki belge

Antik tıp kitaplarında misk hakkında belge

Bazı açılardan, bu tür değişiklikler otlarla ilgili çalışmaların adım adım deneysel düzeyden teorik çalışmalara doğru geliştiğini göstermektedir.

İlaç Yönetimi ve Satışı

1076 yılında Kuzey Song Hanedanlığı başkentte, ilaç üretimi ve ilaç satışı konusunda ilk işletme olan *Taiyi Ju Shuyao Suo* (imparatorluk ecza

Qing Hanedanlığı'nda bir ilaç dükkânının resmi

enstitüsü) isimli enstitüyü kurmuştur. 1103 yılında altı tane daha enstitü kurulmuştur; bunlardan beş tanesi halen *Shuyao Suo* (ecza enstitüsü) olarak adlandırılırken, iki tanesi *Xiuhe Yaosuo* (ilaçların tadili ve işlenmesi enstitüsü) ismini almıştı. Daha sonraları bunlar *Huimin Ju* (insanların yararı için ilaç dükkânı) ve *Heji Ju* (ecza enstitüsü) olarak değiştirilmiştir.

Antik dönemlerde bir hastanenin levhası

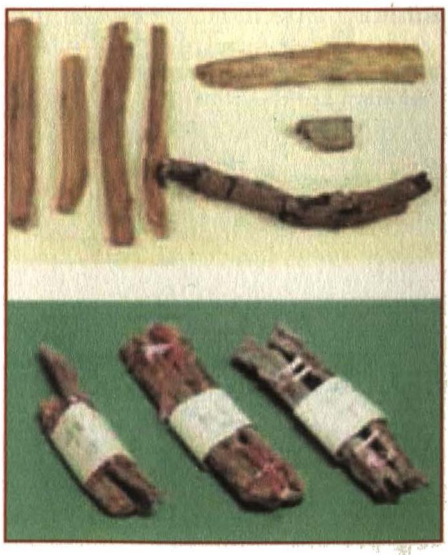
Kuzey Song Hanedanlığı döneminde ecza enstitüsü devlet tarafından işletiliyor ve tüm topluma hizmet veriyordu. Enstitü, ilaçların toplanmasından, incelenmesinden, üretiminden ve satışından sorumluydu. Enstitü önce reçeteleri toplar, deneylerden sonra ilaçları üretirdi. Toplamda 788 tane olan reçeteler, *He Ji Ju Fang* (Ecza Enstitüsü Tarafından Toplanan Reçeteler) isimli kitapta toplanmıştır. Örneğin *niu huang qing xin wan* (kalpteki ısınmayı gidermek için bezoar hapı) ve *huo xiang zheng qis san* (sağlıklı

Song Hanedanlığı döneminde yapılmış, Qing Ming Shang He Tu (Qingming Festivali Sırasında Nehir Kenarı) isimli resimde, bir klinik ve bir şifalı ot dükkânı

Tong Ren Tang, 100 yıldan fazla geçmişi olan bir şifalı ot dükkânı

çi'yi canlandırmak için Agastache Rugosa tozu), günümüzde halen kullanılmaktadır.

Song Hanedanlığı zamanında özel ecza işletmeleri bile oldukça zengindi ve çeşitli ilaç marketleri ortaya çıktı. Hatta ilaçların bazıları diğer ülkelere ihraç ediliyordu. Toprağın işlenmesi ve otantik otların üretimi de bu dönemde başlamıştır.



Song Hanedanlığı döneminde batan bir gemide bulunan otlar

Ming ve Qing Hanedanlıkları döneminde ecza işletmeleri daha zengindi. Hebei ve Jiangxi eyaletlerinde bazı tanınmış ilaç dükkânları açıldı. Tarihte bu dönem boyunca, Pekin'de Tong Ren Tang ve Hangzhou'da Hu Qingyu

Tang gibi önemli ilaç dükkânları ortaya çıktı. Bu dükkânlarda satılan ilaçların kalitesi ve iyileştirici etkisi oldukça yüksekti. Bu dükkânlar günümüzde bile Çin'de çok popülerdir.

Otların İşlenmesi

Doğu Han Hanedanlığı öncesinde otlar, hastalığı iyileştirmek için doğrudan hasta tarafından alınıyordu. Hanedanlığın son dönemlerinde ise hekimler, hastaların tedavisi için reçetedeki içerikleri kendileri kaynatmaya başladılar. Kaynatma şekli ortaya çıktı.

Qing Hanedanlığı döneminde yapılmış, reçetenin hazırlanışını gösteren bir resim

Klinik olarak kullanılmaya başlamadan önce, otlar belli tekniklerle işlenmek zorundadırlar. En yaygın olan teknikler pişirme, kavurma, yıkama, suda bekletme, arıtma, buharlama ve pişirmedir. Otları işlemek için bazen şarap, bal, sirke ve tuz da kullanılır.

Qing Hanedanlığı döneminde yapılmış, otların nasıl işlendiğini gösteren bir resim

Otların işlenmesinde kullanılan yöntemlerin hepsi, otun şifalandırıcı etkisini belirlemede çok önemli rol oynar. Örneğin *Huang Di Nei Jing*'de (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) meridyenlerdeki durgunluk ve *yin-yang* dengesindeki bozukluk nedeniyle oluşan uykusuzluk hastalığını tedavi etmede kullanılan bir reçeteden söz edilmiştir. Reçetenin içeriğindekiler, merid-

Qing Hanedanlığı döneminde yapılmış, otların nasıl öğütüldüğünü gösteren bir resim

yen düzenlemesi yapmak amacıyla, 1.000 mil boyunca akmış suda ve kamış ateşinde kaynatılmalıdır. Otların işlenmesinin amacı, onların korunmasını ve kullanımını kolaylaştırmak, toksik elementlerden arındırmak, tedavi edici gücünü artırmak, otun doğasını değiştirmek ve kirliliği gidermektir.

Otların işlenmesi hakkında günümüze ulaşan monograf, *Lei Gong Pao Zhi Lun* (Lei Gong'un Otların İşlenmesi Hakkındaki Görüşleri)'dur. Tao Hongjing (yaklaşık 452-536) tarafından derlenen *Ben Cao Jing Ji Zhu* (İlaç Bilim Kurallarının Açıklaması) isimli kitap da bu olguya giriş bölümünde yer vermiştir. Aslına bakılırsa, ilaç bilimi hakkındaki hemen hemen her kitap, içeriğindeki bölümleri otların işlenmesine ayırır.

Otların işlenmesiyle ilgili yöntemler esnek bir şekilde kullanılabilir. Otların standart ve bilimsel bir şekilde işlenmesinin resmi kriterleri hakkında, 1949'dan beri eyaletler tarafından karar verilmektedir. Bu kriterler Çin Farmakopesi tarafından kabul edilmiştir.

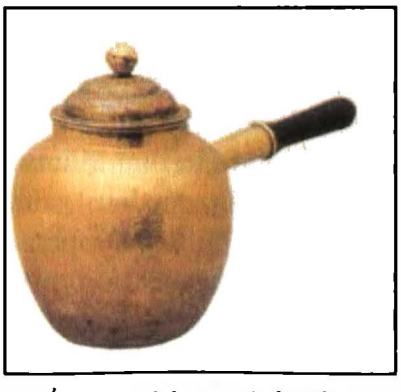
Hangzhou şehrinde ünlü bir şifalı ot dükkânı olan Hu Qingyu Tang'da kullanılan bir ilaç kavanozu

Tarihsel olarak, ilaç bilimi hakkındaki çalışmalar tıbbi uygulamaların deneysel bilgi birikimine dayanır. Bu tür çalışmalarda, otların doğasını ve tedavi edici etkisini ince-

lerken benzetim yöntemi önemli bir rol oynar. İlaç bilimi çalışmaları deneme yanılma yoluyla, Çin eczacılığının teori ve metodolojisinin oluşumunu başarıyla tamamlamıştır.

Otları öğütmek için kullanılan porselen alet

Otları dövmek için kullanılan bir bronz havan



İmparatorluk Sarayı'nda otları kaynatmak için kullanılan çaydanlık

Qing Hanedanlığı döneminden, otları ezmek için kullanılan porselen kâse

Ginsengin Öyküsü

Ginseng, GÇT'de özel bir ottur. İnsan bedeni şeklindedir ve bu nedenle antik Çinliler tarafından sihirli bir ot olarak görülmüştür. Yeryüzünün özünün kristalleşmiş hali olduğu ve önemli hastalıkların tedavisinde çok büyük ölçüde etkili olduğu düşünülmüştür. Bunun yanında, ginsengin insanlara huzur ve mutluluk getirebilecek olan uğurlu bir işaret olduğu da düşünülmüştür.

Yetersizliği Düzenleme ve Fazlalığı Temizleme Kavramı

Asıl olarak yoksunluk boşluk demektir, düzenleme ise boşluğu doldurmak anlamına gelir. Çünkü sadece bedenin içindeki öz kaybolursa, hastalığa neden olan etkenler özün yokluğunun açtığı boşluğu doldurmak için bedene hücum ederler. Sui Hanedanlığı döneminde derlenen *Zhu Bing Yuan Hou Lun* (Çeşitli Hastalıklar Hakkında Etiyolojik Çalışmalar) isimli kitapta, hastalıkların nedenleri sadece bu tür bir teoriye dayanılarak açıklanmıştır. Ginsengin yeryüzünün ve gökyüzünün özlerinin kristalleşmiş hali olduğu düşünüldüğünden, bu tür yoksunluk sorunlarında doğal olarak kullanılmıştır. Bu tür bir uygulama, Han Hanedanlığı döneminde tıbbın hâkimi olarak bilinen Zhang Zhongjing tarafından yazılan *Shang Han Lun*'da (Soğuk Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) da görülebilir. Modern çalışmalar, ginsengde bulunan saponin maddesinin farmakolojik fonksiyonunu ve işlevini ortaya koymuştur.

Ginseng resmi

Düzenleme ve temizleme, GÇT'nin *yin-yang* teorisinin uygulamalarına

bir örnektir. Qin Hanedanlığı döneminde derlenen *Lü Shi Chun Qiu* (Lü'nün Tarihten Seçmeleri) isimli kitabın başlarında tüm hastalıkların nedeni olarak, hastalık etkenlerinin vücuda saldırmasından kaynaklanan durgunluk olduğu sonucuna varılmıştır. Bu kitabın yazarları, tıp kavramına uyum sağlayarak toplumsal sorunları çözmeye çalışmışlardır fakat bu tür bir toplumsal analiz, doktorların düşünce biçimini son derece etkilemiştir.

Ginseng bebeği

Tai ji (antik Çin kozmolojisinde mutlak olan en büyük yücelik, yaratılmış her şeyin temel kaynağı olarak belirtilir), *yuan qi* (ilkel çi) ve *yin-yang* ilkelerine dayalı olan Monizmin[2] etkisi altında hekimler, uygarlıklar boyunca Monizme dayalı çeşitli etiyolojiler ve tedavi bilimleri geliştirmişlerdir. "Jin ve Yuan Hanedanlıkları döneminde dört büyük tıp okulu" gibi bir olgunun ortaya çıkması bu nedenledir. Bu okullar arasında, Zhang Congzheng (yaklaşık 1156-1228) bütün hastalıkların nedeninin hastalık yapan unsurların vücuda saldırması olduğunu ifade etmiş ve hastalıklarla başa çıkmak için tek yolun bu hastalık unsurlarına saldırmak olduğu önermesini ortaya atmıştır. Bu fikir Japonya'ya ulaştığında daha da geliştirilmiş; Gotoukonzan (1659-1733) tarafından ortaya atılan "tüm hastalıklar durgunluk nedeniyle oluşur" ve Yoshimasutoudou (1702-1773) tarafından ortaya atılan "tüm hastalıklara bir tek toksin neden olur" teorilerine evrilmiştir.

2 Monizm: Bütün varoluşun temelinin tek bir kaynaktan ileri geldiğini söyleyen felsefi öğreti. (YN)

Ginseng'in Popüler Kullanımı

Ginseng çok değerli ve pahalı bir ottur. Sıradan insanlara göre, hastalıkları tedavi etmek için ginseng kullanmak mümkün değildir. Ginseng yerine sıklıkla *dang shen* (Radix Codonopsis) ve *taizi shen* (Radix Pseudostellariae) kullanılır.

Günümüzde ekonominin gelişmesi ve yaşam standartlarının yükselmesiyle, ginseng ürünleri Çin'de daha da popüler hale gelmiştir. Bunun yanında, ginsengin yapay yollarla üretilebiliyor olması, bu değerli otun üretimini çok artırmıştır. Şimdilerde ginseng, eskiden olduğu kadar kıymetli değildir.

Aslına bakılırsa, hastalık tedavisi için ginseng almak veya sağlığı iyileştirmek Çin'de kültürel bir olgudur. Eğer en değerli ve etkili olan otun hangisi olduğu sorulacak olursa, bunun yanıtı şüphesiz ginseng olacaktır. Bu tür bir araştırmayı Kore, Singapur ve Endonezya'da yapsanız bile sonuç yine aynı olacaktır.

Ginsengin öyküsü, Çin kültüründeki "yoksunluk" kavramını açıklayabilir. Batılılara göre bitkinlik ve halsizlik bir hastalık değildir. Fakat Çinli insanlara göre bunların hepsi hastalıktır. GÇT'de yoksunluk sendromu olarak adlandırılan hastalık çi yetersizliği, kan yetersizliği, dalak yetmezliği, böbrek yetmezliği, *yin* ve *yang* yetmezliği vb. birtakım patolojik durumları kapsar. Hastalar için bu kavramlar çok açık olmayabilir fakat doktorların koyduğu belirsiz tanılardan bile oldukça tatmin olurlar çünkü yetersizliğin anlamını bilirler. "Yoksunluk" kaygısı, Çinlilerin "yoksunluk sendromunu tedavi etmek" ve "bedenlerini güçlendirmek" amacıyla güç veren yiyecekleri veya sağlık bakım ürünlerini neden

Pilose antler. Ginseng kadar değerli olan bir tıbbi materyal

Ming Hanedanlığı döneminde İmparatorluk Hastanesi'nde kullanılan bir şifalı ot dolabı

sevdiklerini çok iyi açıklar. Bu tür bir yaklaşım, "sağlığı para ile satın almak" şeklindeki popüler söylem ile son derece uyuşmaktadır. "Sağlığı para ile satın almak" yaklaşımı, Batılılar tarafından da benimsenir. Fakat Batılıların bunu yapma şekli sadece seyahat etmek veya para harcayarak fiziksel egzersiz yapmaktır.

Şimdilerde Çin'de Batı kültürünün artan popülaritesi ile Çinli insanlar seyahat etmekle ve fiziksel egzersiz ile daha çok ilgilenmektedirler. Batılıların kriterlerine göre düzenlenmiş kuvvet hapları, vitaminler ve eser elementler Çin'de oldukça yaygındır.

Kültürel iletişim çift yönlüdür. Batılıların önceleri ginseng kullanmadığı, Amerika'nın kuzeyinde yetişen ginsengin Çin ve diğer Asya ülkelerine ihraç edildiği söylenir. Şimdilerde Batılılar da ginseng kullanmakta ve arısütü gibi kuvvet haplarını Çin'den ithal etmektedirler. Batılılar bitkinlik ve halsizliği bir hastalık olarak görmedikleri için bunu sağlığın ikincil veya üçüncül durumları olarak ele almışlardır. Bağışıklığın gelişmesiyle, birçok hastalığın bağışıklığın düşüklüğünden kaynaklandığı düşünülür. Dolayısıyla bağışıklığı güçlendirmek için ginseng gibi kuvvet hapları kullanılabilir. Belki de Çin'de, ginseng kültürü gibi bir olgu

ortaya çıkabilir. Bu tür bir ginseng kültürü, Batılıların sağlık hakkındaki düşünceleri üzerinde bazı etkiler yaratabilir.

Ginseng, kuvvet ilaçlarının bir sembolü olmasına rağmen insanları ölümsüz yapması imkânsızdır. Bu, göz önünde tutulması gereken önemli bir husustur. Bunun yanında, ginseng bazı toksik etkiler taşır. Çin'de "ravent,[3] insanı tanınmadan yaşatırken, ginseng insanı suçlamadan öldürür" şeklinde eski bir söylem vardır. Bu söylem, ginsengin de ölüme yol açabileceği konusunda insanları uyarır. GÇT'nin tamamı, *yin* ve *yang*'ın yanında, sendromları ayırt ederek hastalıklarla uğraşır. Eğer sendromlar yanlış bir şekilde ayırt edilirse, ginseng kullanılsa bile hastalıklara yol açabilir.

3 Ravent (Rheum rhabarbarum): Kuzukulağıgiller (Polygonaceae) familyasından, Rheum cinsinden, yaprak sapı etli, yaprak ayası süslü çok yıllık otsu bitki. Türkçede *Rheum ribes* için kullanılan "ışgın" adı bazen ravent için de kullanılmaktadır. Raventin (Rheum rhabarbarum) yaprak sapı pişirilerek yenirken, ışgının (Rheum ribes) çiçek sapı çiğ olarak yenmektedir. Yaprakları toksik olmasına karşın, yaprak sapı (petiole) beslenme ve tıpta kullanımı nedeniyle dünyanın pek çok yerinde yetiştirilmektedir. Özellikle Batı Avrupa mutfaklarında ve GÇT'de kullanım alanı bulmaktadır. Ravent Türkiye'de yetiştirilmemekte ve sınırlı çevrelerce tanınmaktadır. (YN)

VI
TARİHTE ÜNLÜ HEKİMLERİN ÖYKÜLERİ

Bian Que

Qing Hanedanlığı'ndan önce, tarihte sadece bir hekim kayıtlara geçmiştir. Bu hekim Bian Que olarak bilinir. Han Hanedanlığı döneminde Sima Qian (MÖ yaklaşık 145-?) tarafından yazılmış olan *Shi Ji* (Tarihten Seçmeler) isimli büyük tarih kitabında Bian Que'nin biyografisi bulunur. Kitap, Bian Que'nin aynı zamanda Qin Yueren olarak da bilindiğini söyler. Gençlik dönemlerinde, bilgeler tarafından duvarın ötesini görebildiği ve

Bian Que'nin bir portresi

hastanın bedeninin içine bakarak hastalığı teşhis ettiği düşünülürdü. Sonraları, tıp uygulamaları için birçok yere seyahat etti. Hebei Eyaleti'ndeki Han Dan şehrinde kalırken jinekolog olarak çalıştı çünkü burada kadınlar saygındı; Henan Eyaleti'nde Luoyang şehrinde yaşlı insanlar saygın olduğundan işitme ve görme kaybı tedavisi yaptı; Xianyang'da ise çocuklara çok iyi bakıldığından, çocuk doktoru olarak görev yaptı. Qin Hanedanlığı İmparatorluk Sarayı'nın hekimi Li Xi onu kıskandı ve ona suikast düzenledi.

Bian Que'nin biyografisinde, tedavi ettiği üç durum kaydedilmiştir. Bunlardan biri; Jin İmparatorluğu başbakanı Zhao Jianzi aniden bilincini kaybetmişti. Bian Que, teşhis konulduktan üç gün sonra iyileşeceğini öngördü. Sonunda bu gerçek oldu. Bir diğeri; Bian Que, Guo İmparatorluğu'na gitmiş ve bir prensin cenazesine şahit olmuştu. Prensin akupunktur, moksibüsyon ve kaynatılmış özler sayesinde hayata döndürülebileceğini söyledi. Bunu duyanlar onu küçümsediler. Fakat tedaviden sonra prens gerçekten hayata döndü. Üçüncü olay ise, Qi İmparatorluğu'ndan Dük Huan'a koyduğu teşhisti. Bian Que sadece gözlem ile onun ciddi bir şekilde hasta olduğunu keşfetti. Huan'ı tedavi etmeyi önerdi fakat Huan bunu reddetti. Huan gerçekten hasta olduğunun farkına vardığında ise onu iyileştirmek için artık çok geçti.

Bu üç durumun, İlkbahar ve Sonbahar Dönemi'nden Savaşan Beylikler Dönemi'ne kadar, yaklaşık 700 yıllık bir zaman dilimine yayılmış olması tarihçilerin kafasını karıştırmıştır. Bian Que nasıl birkaç yüzyıl yaşayabilirdi? Bunun mantıklı açıklaması, Bian Que ve Qing Yueren'in aynı kişi olmadıkları, farklı iki kişi olduklarıdır.

Bian Que yukarıda sözü geçen üç durum hakkındaki teşhislerini, sadece gözlem yoluyla koymuştu. Gözlem veya inceleme üzerinde daima önemle durulmuş ve hastalıkların teşhisinde kullanılmıştır. *Huang Di Nei Jing*'de (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) "gözlem yoluyla tanı koymanın sihir olduğu", nabız ölçme yöntemiyle tanı koymanın ise "sadece bir yetenek" olduğu söylenir.

Zhang Zhongjing ve Hua Tuo

Han Hanedanlığı 400 yıl boyunca hüküm sürmüştür. Böyle uzun bir dönem boyunca, *Shi Ji* (Tarihten Seçmeler) isimli tarih kitabında sadece üç hekim kaydedilmiştir. Bunlardan biri Chun Yuyi (MÖ 205-?)'dir. Chun Yuyi tarafından tedavi edilmiş olan 25 olay, tıbbi olaylar hakkında var olan en eski kaynaktır. Diğer iki hekim ise Doğu Han Hanedanlığı sonlarında yaşamış olan ve dahili tıp ve ameliyatların temsilcisi sayılan Zhang Zhongjing ile Hua Tuo'dur. Aslına bakılırsa, bu ikisinin arasında başka birçok ortak nokta vardır. Tıp alanında Zhang Zhongjing'e Tıp Tanrısı olarak tapınılırken, Hua Tuo tıbbın doğru yolundan ayrılmış biri olarak anılır. Buna karşılık, insanlar arasında Hua Tuo'nun ünü Zhang Zhongjing'den çok daha fazladır.

Zhang Zhongjing yaklaşık ikinci ya da üçüncü yüzyılda Çin'in Henan Eyaleti'nde doğmuştur. Tang Hanedanlığı öncesine ait kaynaklarda, Zhang Zhongjing'in sadece ismini bulabiliriz. Song Hanedanlığı döneminde Lin Yi tarafından düzeltme okuması yapılmış *Shang Han Lun*'da (Soğuk Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) Zhang Zhongjing'in Hunan Eyaleti'ne bağlı Changsha şehrinin belediye başkanı olduğu belirtilir. Daha sonraki kayıtlar ise, belediye başkanı olmadan önce başkentte ünlü bir hekim olduğunu söylemektedir. Sonraki nesiller tarafından kaydedilen bu bilgilerin doğru ya da yanlış olduğu konusunda hüküm vermek çok zordur.

Zhang Zhongjing'in bir portresi

Zhang Zhongjing, *Shang Han Za Bing Lun* (Soğuk Hastalıklar Ve Çeşitli Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) isimli kitabın önsözünde ailesi-

nin çok geniş olduğunu söylemiştir. Halbuki MS. 196'da aile bireylerinin neredeyse üçte ikisi "soğuk" hastalık nedeniyle ölmüştür. Zhang Zhongjing'in insanları hastalıklardan kurtarmak için tıp eğitimine hayatını adamış olması bu nedenledir. *Huang Di Nei Jing* (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) ve *Nan Jing* (81 Zorlu Konu Üzerine Kanunlar) gibi klasiklerin üzerinde özenli bir çalışmanın ardından, *Shang Han Za Bing Lun* (Soğuk Hastalıklar ve Çeşitli Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) isimli ünlü kitabını yazmıştır. Bu kitap daha sonra, teori, yöntemler, reçeteler ve ilaç bilimi üzerine tüm görüşleri içeren ilk ilkeler kitabı olarak kabul görmüştür.

Sonraki nesiller Zhang Zhongjing'in sağladığı en büyük katkının, sendromların altı meridyene göre ayırt edilme teorisi olduğuna inanmışlardır. Böyle bir teori, GÇT'nin gelişmesine 1.000 yıldan daha uzun bir süre boyunca önderlik etmiştir. Zhang Zhongjing, *Huang Di Nei Jing* (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) isimli kitaptaki görüşlere dayanarak dış kaynaklı faktörlerin oluşturduğu hastalık sendromlarını altı gruba ayırmıştır; bunlar *taiyang* hastalık, *yangming* hastalık, *shaoyang* hastalık, *taiyin* hastalık, *shaoyin* hastalık ve *jueyin* hastalıktır. Altı meridyen, ellerdeki altı meridyeni ve ayaklardaki altı meridyeni kapsar. Hastalık sendromlarını altı meridyene göre ayırt etmenin amacının, hastalığın oluşumu, gelişimi ve yayılımını iç organlar ve meridyenler ile analiz etmek olduğuna inanılmıştır.

Hua Tuo'nun bir portresi

Hua Tuo, ikinci ve üçüncü yüzyıllarda Anhui Eyaleti'nde yaşamıştır. *San Guo Yan Yi* (Üç İmparatorluğun Öyküleri) isimli kitaptaki açıklamalara göre, Hua Tuo hayatı iyileştirme yöntemlerini ve tıbbi uygulamaları biliyordu. Yaklaşık 100 yaşına geldiğinde bile oldukça güçlü görünüyordu. Hastaları tedavi ederken, sadece

Hua Tuo, Üç İmparatorluk Dönemi'nin ünlü komutanı Guan Yu'yu ameliyat ediyor

birkaç çeşit ot kullanırdı. Hastaları akupuntur ile tedavi ederken bir ya da iki akupunktur noktası seçerdi. Eğer hastalık bedenin içindeyse ve iğnelerle veya otlarla tedavi edilemiyorsa, *ma fei san* olarak bilinen bir çeşit anestezik ilaç kullanarak hastayı uyutur ve ameliyat yapardı.

Ma fei san'ın reçetesi çoktan kaybolmuştur. *Hou Han Shu*'da (Geç Han Hanedanlığı Hakkında Kitap) kaydedilenlere göre Hua Tuo, ma *fei san*'ı karın ameliyatları için kullanırdı. Bu tür bir ameliyat günümüzde bile hiç kolay değildir ancak Hua Tuo bunu 1.000 yıl önce gerçekleştirebilmiştir. Bu tür bir ameliyat için sadece anestezik ilaçlar değil, aynı zamanda kanamayı durdurmada etkili ilaçlar, anatomi ve sterilizasyon bilgisi de gereklidir. Belki de Hua Tuo'nun yaptığı ameliyatlar abartılmıştır.

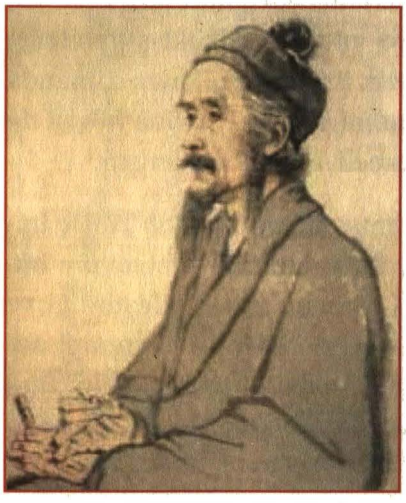
Hua Tuo, Ameliyat Tanrısı olarak anılmıştır. *San Guo Yan Yi* (Üç İmparatorluğun Öyküleri) isimli kitapta Üç İmparatorluk Dönemi'nin büyük komutanı Guan Yu (?-MÖ 220)'nun yarasını nasıl iyileştirdiği ve Wei İmparatorluğu'nun kurucusu Cao Cao (155-220)'nun migrenini nasıl tedavi ettiği konusunda aydınlatıcı açıklamalar bulunmaktadır. Hua Tuo'nun başlıca tedavi yöntemi, ilaçlar ve akupunktur idi. Dış kaynaklı hastalık unsurlarını tedavi ederken izlediği yol, Zhang Zhongjing tarafından ortaya atılmış olan altı meridyen teorisinden farklıydı.

Wang Shuhe ve Huang Fumi

Wang Shuhe ile Huang Fumi, Wei ve Jin Hanedanlıklarının iki ünlü hekimiydi. Wang Shuhe, *Mai Jing* (Nabız Ölçüm İlkeleri), Huang Fumi ise *Zhen Jiu Jia Yi Jing* (Akupunktur ve Moksibüsyon Üzerine Klasikler) isimli kitapları derlemişlerdir. Her iki kitap da önemli birer klasiktir ve halen oldukça popülerdir.

Wang Shuhe'nin bir portresi

Wang Shuhe'nin Batı Jin Hanedanlığı'nda Gaoping'de (ya Shanxi Eyaleti'ndeki ya da Shandong Eyaleti'ndeki Gaoping) doğduğu söylenir. Tıptan sorumlu bakan olarak görev yapmıştır. Qi Bo zamanından Hua Tuo zamanına kadar olan ilke ve kitaplara dayanarak *Mai Jing* (Nabız Ölçüm İlkeleri) isimli kitabı derleyerek ve Zhang Zhonjing'in *Shang Han Lun* (Soğuk Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) kitabındaki görüşleri üzerinde çalışmalar yaparak tıp alanına katkılar sağlamıştır.



Huang Fumi'nin bir portresi

Huang Fumi, Ningşia Özerk Bölgesi'nde doğmuştur. Tüm hayatı boyunca fiziksel olarak hep zayıf olmuştur. Bu nedenle, daha sonraları kendini tıp alanında çalışmalara adamıştır. 34 yaşında felç olmuştur. 42 veya 46 yaşındayken rüzgâr çarpması nedeniyle birkaç ay boyunca işitme kaybı yaşamıştır. Sonra *wu shi san* (beş çeşit mineralden oluşan bir toz) kullanmaya başlamıştır. Bu terapi, hastalığını tedavi etmek yerine göğsünde ve karnında yanma,

huzursuzluk, baskı ve öksürük gibi başka problemlere yol açmıştır. Halbuki kendisi, *wu shi san* konusunda en ufak bir şüphe duymamıştır. Bu tür bir trajedi, Wei ve Jin Hanedanlıkları dönemlerinde bilimadamları arasında yaygın olarak görülmüştür.

Aslına bakılırsa, Huang Fumi'nin hasta tedavisi konusundaki klinik uygulamalarına ait herhangi bir tarihsel kayıt bulunmamaktadır. Ona tıp alanında büyük ün kazandıran şey, *Huang Di Nei Jing*'in (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) akupunktur ve moksibüsyon hakkındaki bölümünü düzenleyerek, *Zhen Jiu Jia Yi Jing* (Akupunktur ve Moksibüsyon Üzerine Klasikler) isimli büyük kitabı derlemiş olmasıdır.

Sun Simiao

Sun Simiao (581-682) Tang Hanedanlığı'nın en önemli hekimiydi. Gençlik yıllarında çok zekiydi fakat çok sık hasta oluyordu. Tıp alanı da dahil olmak üzere iyi bir eğitim almış ve çeşitli okulların kitaplarını okumuştu. Tang Hanedanlığı'nın iki imparatoru İmparatorluk Sarayı'nda çalışması için onu davet etmiş, ona unvanlar vermek istemiş fakat o kabul etmemişti. Bütün hayatı boyunca dağlarda yaşamış, tıp alanında uygulamalar ve çalışmalar yapmıştı. 100 yıldan daha uzun bir süre yaşamış ve Tıp Kralı olarak anılmıştı.

Sun Simiao, *Qian Jin Yao Fang* (Altın Reçeteler) ve *Qian Jin Yi Fang* (Altın Reçetelere Ek) adında, her biri 30'ar ciltlik iki kitap yazmıştır. Bu iki kitapta 6.500 adet reçete bulunmaktır. Bunlar, hayatı iyileştirme, akupunktur, moksibüsyon, ilaçlar ve diğer ilgili alanları kapsamaktadır. Yani *Qian Jin Yao Fang* (Altın Reçeteler) hem kapsamlı bir tıp kitabı hem de bir tıp ansiklopedisidir.

Wu shi san

Wu shi san (beş çeşit mineralden oluşan toz), Han Hanedanlığı'nda formüle edilmiştir. Beş mineralin zencefil, kükürtlü arsenik, beyaz vitriyol, azurit filizi ve mıknatıs taşı, veya damlataşı, kükürt, kristobalit, ametist ve kırmızı haloysit olduğu söylenir. Bu tüm bedende ısının artmasına, kısa süreli halüsinasyona neden olabilir ki bu aslında kronik zehirlenmedir. Erotizm bağımlısı He Yan (?-249) isimli bir kişi bu hapları kullanmış, sonrasında kendini rahatlamış ve fiziksel olarak güçlenmiş hissetmiştir. Wu shi san o zamanlar çok yaygındı. Fakat uzun süreli bağımlılar, toksikoz nedeniyle hayatlarını kaybetmişlerdir.

Sun Simiao'nun bir portresi

Qian Jin Yao Fang (Altın Reçeteler), içerik düzenlemesi bakımından diğer tıp kitaplarından ayrılır. Örneğin, hamilelik süresince kadınların korunma ve tedavisi bölümünün ardından yeni doğan bakımını birinci cildin başına koymuştur. Bu tür bir düzenleme, Sun Simiao'nun kadınlara olan saygısını veya doğumdan itibaren hayatı koruma ve özen gösterme konusuna büyük önem verdiğini gösterebilir.

Bunun yanında, Sun Simiao hekimlerin zihinlerini çok iyi geliştirmeleri gerektiği konusunda geniş açıklamalar yapmıştır. Bir hekimin iyi eğitim alması, çok çalışması, hastalara karşı cana yakın davranması, hastaları kendi yakını gibi görmesi, kibirden ve diğer hekimleri karalamaktan kaçınması gerektiğini söylemiştir. Hekim ahlakıyla ilgili olarak, Kos'lu Hipokrat'ın (yaklaşık 460-377) yemini kadar büyük ve önemli olan, *Da Yi Jing Cheng* (Büyük Hekimlerin İçtenliği ve Fedakârlığı) isimli bir makale yazmıştır.

Wang Tao (670-755) tarafından derlenmiş olan, 40 ciltten, 1.104 bölümden oluşan ve içeriğinde 6.000 adet reçete bulunan *Wai Tai Mi Yao* (Bir Resmi Görevlinin Formüle Ettiği Gizli Reçeteler) isimli kitap, Tang Hanedanlığı döneminin diğer büyük tıp kitabıdır.

Jin ve Yuan Hanedanlıklarının Dört Büyük Okulu

Konfüçyüsçülük okulları Song Hanedanlığı döneminden itibaren başlarken, tıp okullarının Jin ve Yuan Hanedanlıkları döneminde ortaya çıktığı söylenir. Bu okullar Liu Wansu (yaklaşık 1120–1200), Zhang Congzheng (yaklaşık 1156–1228), Li Gao (1180–1251) ve Zhu Zhenheng (1281–1358) tarafından temsil edilirler. Bu dört okulun hepsi *Huang Di*

Yuan Hanedanlığı'nda doğumu gösteren bir duvar resmi

Nei Jing'deki (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) teorileri temel almakla birlikte, anlayış ve uygulama bakımından farklıdırlar. Akademik fikirleri, klinik uygulamaları ve teorik çalışmaları, kendilerinden sonraki nesilleri büyük ölçüde etkilemiştir.

Liu Wansu, *Huang Di Nei Jing* (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) üzerinde çalışmaya 20 yaşındayken başlamıştır. 40 yıl sonra, *Su Wen Xuan Ji Yuan Bing Shi* (Su Wen'deki Hastalıkların Anlaşılmazlığı ve Anlaşılması) isimli kitabı yazmıştır. Bütün hastalıkların sıcaklıktan ve hararetten kaynaklandığına, bunların doğada soğuk ve serin halde bulunan otlarla tedavi edilmesi gerektiğine inanmıştır. Bu nedenle temsil ettiği okulun ismi "soğuk ve serin okulu"dur. Dış kaynaklı hastalık faktörleriyle uğraşırken, *Shang Han Lun*'da (Soğuk Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) önerilen "öncelikle yüzeysel soğukluğu, sonra içsel sıcaklığı hafifletmek" ilkesini izlemek yerine; "içeriyi ve dışarıyı aynı anda tedavi etmek" ve "içteki ve dıştaki hastalık faktörlerini aynı anda hafifletmek" şeklindeki tedavi ilkesini benimsemiştir. *Fang feng tong sheng san* (Radix Saposhnikoviae tozu) kendisi tarafından geliştirilmiş ve halen yaygın biçimde kullanılmaktadır.

Zhang Congzheng, tıp ilkeleri üzerinde derinlemesine çalışmış ve büyük başarılar elde etmiştir. Hastalıkların doğaları gereği bedende var olmadığını, bu nedenle bedenden uzaklaştırılabileceğine inanmıştır. Hastalıklarla baş etme yolu olarak terleme, kusma ve arınma gibi tedavi yöntemlerini benimsemiştir. Dolayısıyla, temsil ettiği okulun ismi "saldırı okulu" olmuştur. Kendisini temsil eden çalışması, öğrencileri tarafından derlenmiş olan *Ru Men Shi Qin*'dir (Konfüçyüsçülükte Anne Babaya Hürmet). Bu kitapta, esnek yöntemler kullanılarak tedavi etme konusundaki klinik deneyimler kaydedilmiştir. Onun tedavileri çoğu zaman diğer hekimlerden farklı olmuştur. Örneğin, zihinsel hastalıkların tedavisi için çoğunlukla psikolojik terapi yöntemlerini kullanmıştır.

Li Gao, zengin bir ailede doğmuştur. Annesi bir hastalık sonucu ölmüştür. Bu durum, onun tıp alanında çalışmasına vesile olmuştur. Jin ve Yuan Hanedanlıklarında tıp alanında Liu Wansu ve Zhang Congzheng kadar ünlüdür. Fakat içinde bulunduğu sosyal ve çevresel faktörlerden

dolayı, kendi teorisi Liu ile Wansu'nun teorilerinden oldukça farklıdır. En yaşlıları olan Zhang Congzheng, Jin Hanedanlığı refah içinde olmasına rağmen, karmaşık bir dönemde yaşamıştır. Zhang Congzheng Çin'in merkezinde, Jin ve Yuan Hanedanlıkları yönetimindeki Kuzeybatı bölgelerinden uzakta yaşamıştır. Li Gao'nun yaşamı, Jin Hanedanlığı'nın çöküş dönemlerine denk gelir. Li, insanların kargaşa ortamından, hastalık ve açlıktan nasıl olumsuz etkilendiğini görmüştür. Bu nedenle, dalak ve karın bölgesindeki bozulmanın çeşitli hastalıklara yol açtığını söylemiştir. Dalak ve karın *wu xing* (beş element)'e göre toprak elementine karşılık geldiğinden dolayı, Li Gao'nun temsil ettiği okul kendisinden sonraki kuşaklar tarafından "toprak elementini bütünleyici okul" olarak adlandırılmıştır.

Zhu Zhenheng, Yuan Hanedanlığı'nda yaşamıştır. Song Hanedanlığı döneminde NeoKonfüçyüsçülüğün kurucusu olan ve Zhu Xi (1130-1200)'nin dördüncü kuşak öğrencisi olan Xu Qian'dan Konfüçyüsçülük eğitimi almıştır. Çin'in kuzeyine yaptığı seyahatlerde Liu Wansu ve Li Gao tarafından derlenen kitapları okuma fırsatı bulmuştur. Sonraları, Zhejiang Eyaleti'ne bağlı Hang Zhou'da ünlü bir hekim olan Luo Zhiti'nin öğrencisi olmuştur. Bir yıl sonra evine döndüğünde, tıp alanında artık tanınmış bir isim haline gelmiştir. Zhu Zhenheng'in teorisi, "*yang* daima taşkın haldeyken, *yin* sürekli yoksun haldedir" şeklindedir. Dolayısıyla onun tedavileri, *yin*'i ve kanı beslemeye ve canlandırmaya odaklanmıştır. Bu nedenle, onun temsil ettiği okul "*yin*'i besleme okulu" adını almıştır. Onu temsil eden çalışması, *Ju Fang Fa Hui* (İmparatorluk Ecza Enstitüsü'nde Geliştirilen Reçetelerin Açıklaması)'dır.

Zhang Jingyue

Zhang Jingyue (1563-1640) Ming Hanedanlığı'nda yaşamıştır. *Zhou Yi*'nin (Değişimin İlkeleri) bakış açısıyla tıp alanında çalışmalar yapmıştır.

Zhang Jingyue'dan önce, Ming Hanedanlığı'nda bir hekim olan Xue Ji (1487-1559), Li Gao'nun dalak ve karın konusundaki teorisine dayalı olan dalak ve karnın aynı anda desteklenmesi konusuna odaklanmıştır.

Zhang Jingyue'nin bir portresi

Hastalıkların tedavisinde sıklıkla *liu wei di huang wan* (6 içerikten oluşan ravent hapı) ve *ba wei di huang wan* (8 içerikten oluşan ravent hapı) kullanmıştır. Doğuştan gelen ve sonradan kazanılan hususların her ikisine vurgu yapan, *bu zhong yi qi tang* (vücudun orta bölgesini desteklemek ve *çi*'yi canlandırmak için hazırlanan bitki özü) ve *di huang wan*'ı (ravent hapı) sıklıkla bir arada kullanmıştır. 16. ve 17. yüzyıllar arasında yaşamış olan Zhao Xianke de tedavi yöntemi olarak *liu wei di huang wan* (6 içerikten oluşan ravent hapı) ve *ba wei di huang wan*'ı (8 içerikten oluşan ravent hapı) sık kullanan biriydi. Halen Xue Ji'yi benimsemiş olmasına rağmen, dalak ve karın (hayatın doğumdan sonra oluşan temeli) yerine böbreğe (hayatın doğuştan gelen temeli) önem vermiştir.

Teorik olarak Zhang Jingyue; *yuan yin* (ilkel-*yin*) ve *yuan yang* (ilkel-*yang)* konusuna vurgu yaparak, *shen yang*'a (böbrek-*yang)* müdahale etmek için doğada soğuk ve serin halde bulunan ilaçların kullanılmasına karşı çıkmış ve tıp ile *Zhou Yi*'nin (Değişim İlkeleri) aynı temeli paylaştığını savunmuştur. Onun önermesi, "bedendeki *yang* hiçbir zaman aşırı değildir" ve "insan bedeninde sıklıkla yoksunluk, nadiren taşkınlık bulunur" şeklinde olmuştur. Isıtma ve *shen yang*'ı (böbrek-*yang*) güçlendirme teorisini benimsemiştir. *Zuo gui wan* (sol böbrek-*yin*'i güçlendirme ilacı) ve *you gui wan* (sağ böbrek-*yang*'ı güçlendirme ilacı) olarak bilinen reçeteleri bu anlayışa dayanarak geliştirmiştir.

Ye Tianshi

1642'de Wu Youxing tarafından yazılmış olan *Wen Yi Lun* (Öldürücü Salgın Hastalıklar Üzerine Görüşler), salgın hastalıkların karakte-

ristikleri ve tedavi yöntemlerinin incelenmesi bakımından *Shang Han Lun*'dan (Soğuk Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) farklıdır. *Wen Yi Lun*'un (Öldürücü Salgın Hastalıklar Üzerine Görüşler) yayımlanmasından sonra, sıcak hastalıkların ve salgın hastalıkların soğuk hastalık olmadığını ileri süren birtakım yeni teoriler ve tedavi yöntemleri geliştirildi. Salgın hastalıklar hakkındaki böyle farklı bir anlayışın sonraki kuşaklar tarafından sıcak hastalıklar okulu olarak adlandırılmasının nedeni budur. Ye Tianshi (1667-1746) bu okulu temsil eden kişiydi.

Yüksek ateşle birlikte seyreden salgın hastalıkların klinik bulguları açısından; Ye Tianshi bu hastalığın sürecini *Shang Han Lun*'da (Soğuk Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) açıklanan, sendromların 6 meridyene göre ayırt edilmesi teorisinden farklı olarak, *wei* (savunma evresi), çi (*çi* evresi), *ying* (besin evresi) ve *xue* (kan evresi) olmak üzere dört evreye ayırmıştır. Salgın hastalıkları tedavi etmek için kullandığı otlar, doğada soğuk ve serin halde bulunan otlar olmuştur. Yüksek ateş ve kasılmaların klinik bulguları konusunda, *Shang Han Lun*'da (Soğuk Hastalıklar Üzerine Bilimsel Eser) hiç söz edilmeyen *xi jiao xi jiao* (Cornu Rhinocerotis Asiatici) ve *ling yang jiao* (Cornu Saigae Tataricae) kullanmıştır. Ye Tianshi şöyle demiştir: "*Wei* (savunma evresi), çi (*çi* evresi), *ying* (besin evresi) ve *xue* (kan evresi) olarak yapılan bölünme, soğuk hastalıklardakiyle benzerdir fakat tedavi yöntemleri birbirinden oldukça farklıdır."

Herhangi bir okula mensup olmayan Wu Jutong (1758-1836), *Huang Di Nei Jing*'deki (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) *Su Wen*'den (Yalın Konuşmalar) Zhang Zhongjing, Wu Youxing ve Ye Tianshi'nin geliştirdiği teorilere kadar, tıp kitapları üzerinde çok derin çalışmalar yapmıştır. Sıcak hastalıkların yayılım ve değişimleri ile dahili hastalıkların patojenleri üzerinde yapılan incelemelere dayanarak, sıcak hastalıklar konusunu *shang jiao* (akciğer ve kalbin dahil olduğu üst ısıtıcı/enerji verici), *zhong jiao* (karın ve dalağın dahil olduğu orta ısıtıcı/enerji verici) ve *xia jiao* (karaciğer ve böbreğin dahil olduğu alt ısıtıcı/enerji verici) olmak üzere üç aşamaya ayırmıştır. Wu Jutong tarafından geliştirilen teori, sendromların *san jiao*'ya (üçlü ısıtıcı meridyeni) göre ayırt edilmesi olarak bilinir.

Li Shizhen ot topluyor

Ming ve Qing Hanedanlıkları döneminde, GÇT tarafından bulaşıcı hastalıklardan korunma ve bu hastalıkları tedavi etme konusunda büyük bir atılım yapılmıştır. Bu atılım, çiçekleme[1] yoluyla çiçek hastalığından korunmak şeklinde olmuştur. Çiçek hastalığı birinci yüzyılda Çin'de çok yaygındı. Binlerce yıl boyunca, çiçek hastalığını önlemek ya da tedavi etmek için hiçbir etkili yöntem olmamıştı. Kaynaklarda çiçeklemenin Jia Qing (1567-1572) döneminde Ming Hanedanlığı'nda geliştirildiği ve giderek tüm ülkeye yayıldığı kaydedilmiştir. Daha sonraları çiçek hastalığını önleme yöntemi Rusya, İngiltere, Japonya, Kore ve Türkiye'ye yayılmıştır. 1789 yılında, İngiliz bir doktor olan Edward Jeanne (1749-1823), bu yöntemi Avrupa'ya tanıtmıştır. Aşının bulunmasından önce çiçekleme yöntemi, çiçek hastalığından korunmak için tek etkili yöntemdi.

Çiçek hastalığına yakalanmış bir çocuk

Wang Qingren

Qing Hanedanlığı'nın ünlü bir hekimi olan Wang Qingren (1768-1831), farklı uygarlıklar dönemindeki hekimler tarafından yazılmış ve derlenmiş olan tıp kitapları üzerinde etraflıca çalışmış ve bu ilkelerde, klasiklerde ve monograflarda bazı hatalar bulmuştur. Bulduğu bu

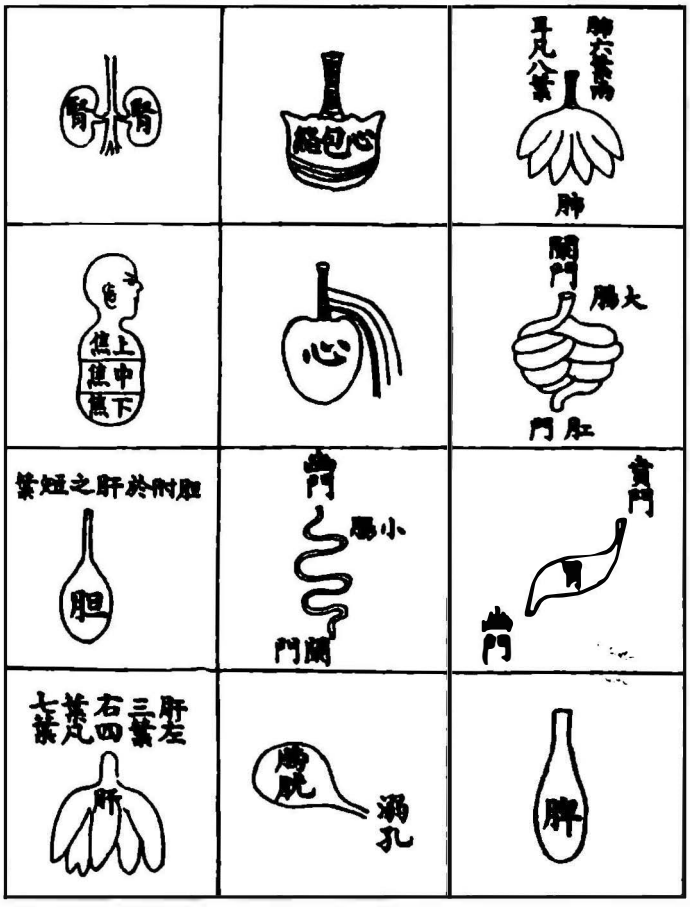
1 Çiçekleme: Henüz aşının bulunmadığı dönemlerde, çiçek hastalığına yakalanmış bir kişiden alınan ufak bir parçanın hastalıktan korunmak istenen kişiye serum vb. yollarla verilmesi şeklinde uygulanan eski bir yöntem. (YN)

Wang Qingren'in bir portresi

hataları düzeltmek istemiştir. İç organların yerlerini gözlemlemek için kadavraları incelemek üzere sıklıkla mezarlara ve idam yapılan yerlere gitmiştir. 42 yıllık çalışma sürecinin ardından, insanın iç organlarının resmini çizmiş ve onların fizyolojik yapısını tanımlamıştır. Bu özenli çalışmalara ve kendi klinik deneyimlerine dayanarak, 1830 yılında *Yi Lin Gai Cuo* (Tıp Alanında Yapılmış Hataların Düzeltmesi) isimli bir kitap derlemiştir.

Bazıları Wang Qingren'in Batı tıbbından etkilendiği için GÇT kitaplarındaki yanlışlıkları düzeltmeye çalıştığına inanmışlardır. Ancak *Yi Lin Gai Cuo* (Tıp Alanında Yapılmış Hataların Düzeltmesi) kitabını okuduğumuzda, bu tür bir etkilenmeyi gösteren herhangi bir ipucu bulamayız. Diğer insanlar ise, onun GÇT içindeki hataları düzeltme çabalarının sadece çalışkanlıktan kaynaklandığını ileri sürmüşlerdir. Wang Qingren, içinden geleni yapan bir yenilikçiydi. Onu bu denemeleri yapmaya iten gücün ne olduğunu şu anda bilmemiz çok zordur. Onun GÇT'deki hataları biliyor olmasının mantıklı bir açıklaması, Çin ile İngiltere arasındaki Afyon Savaşları'ndan sonra 19. yüzyıl ortalarında Çin'e getirilmiş olan Batı tıbbıdır. Tarihte buluşların, sadece rastlantısal olarak bir şeyin varlığını duyarak yapılması oldukça yaygındır. Örneğin, 19. yüzyılda Japon bir doktora, Hua Tuo'nun ameliyatlarında *ma fei san* (anestezik toz) kullandığı söylenmiştir. Hua Tuo'nun bu deneyiminden ilham alan doktor anestezi üzerine çalışmalara başlamış ve sonunda başarılı olmuştur.

Wang Qingren, suyun metabolizmasını incelemek için hayvanlar üzerinde bir deney yapmıştır. İki evcil hayvan seçmiş, bunlardan birini



Wang Qingren'in yazdığı kitapta yapılan düzeltmeler

normal yem ile beslemiş, diğerine ise yiyecek bir şey vermemiştir. Birkaç günün ardından, bu iki hayvan incelenerek karşılaştırma yapılmıştır. Beslenmemiş olan hayvanın omentumunun[2] kuru ve buruşuk olduğunu gördüğünde ise, bunun suyun geçtiği yol olduğuna inanmıştır. Böbrekteki dolaşımın ve idrar üretiminin fizyolojik işlevini doğru bir şekilde anlamanın imkânsız olduğu bir zamanda, doğal olarak idrarın karın ve bağırsaklardan mesaneye doğru süzüldüğüne inanılmıştır. Wang Qingren'in deneysel çalışmaları tarihsel kısıtlamalar nedeniyle başlangıç düzeyinde kalmıştır.

2 Omentum: Karındaki bağırsakları örten zar. (YN)

VII
GELENEKSEL ÇİN TIBBI VE HAYATI İYİLEŞTİRME

Tıbbın amacı sağlığı korumaktır; bu aynı zamanda hayatı iyileştirme amacıdır. Hayatı iyileştirme bilimi tıp ile yakından ilişkili olduğundan dolayı tıbbi sistemler içinde yer almamıştır. Örneğin, çigong hayatı iyileştirmek amaçlı bir çeşit egzersizdir fakat çoğu GÇT uygulayıcısı bu tür bir terapiden habersizdir ya da hastaların tedavisinde bu tür bir yöntemi kullanmıyorlardır. Görünen o ki çigong terapötiklerin ayrı bir sistemidir.

Çin'e ait hünnap ve alıç, doğum sonrasında kanı besleme ve aktive etme amaçlı olarak kadınlar tarafından geleneksel olarak kullanılır. Fakat çoğu GÇT hekimi, *er hong tang* (iki kat kırmızı bitki özü) olarak bilinen, hünnap ve alıçın birlikte kaynatılmasıyla elde edilen özü mutlaka bilirler. Doğumdan sonra kadınların tedavisinde esas olarak kanı aktive etmek ve durağanlığı gidermek için *dang gui* (Radix Angelicae Sinensis), *chuan xiong* (Rhizoma Chuanxiong), *tao ren* (Semen Persicae) ve *pao jiang* (Rhizoma Zingiberis Preparata) bileşiminden oluşan *sheng hua tang* (Üretim ve Dönüşüm Özü) kullanılır.

Dört Mevsimde Hayatı İyileştirme

Dört mevsimde hayatı iyileştirmek, GÇT'de önemli bir ilkedir. *Huang Di Nei Jing*'de (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) "bilgelerin dört mevsimdeki hava değişimini izleyerek hayatlarını iyileştirdikleri, bu nedenle patojen etkenlerden korundukları ve uzun bir yaşam sürdükleri" yazılıdır.

GÇT'nin dört mevsime göre hayatı iyileştirme konusunu önemle vurgulaması, insanoğlunun evrenle bütünlüğünü sağlama teorisini benimsemiş olmasından kaynaklanır. GÇT, doğal dünyanın büyük, insan bedeninin ise küçük bir evren olduğuna inanır. *Huang Di Nei Jing*'de (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları), *yin* ve *yang*'ın dört mevsimdeki değişiminin, her şeyin gelişmesinin temeli olduğu söylenir. Dolayısıyla hayatı veya sağlığı iyileştirmek için, ilkbahar ve yaz aylarında *yin*'i canlandırma, sonbahar ve kış aylarında ise *yin*'i besleme ilkesine sadık kalınmalıdır.

Aşağıda dört mevsimde hayatın nasıl iyileştirilebileceğine dair *Huang Di Nei Jing*'den (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları) alıntılar bulunmaktadır.

Qing Hanedanlığı'nda masaj ve yaşamı iyileştirme için dao yin hakkında resimler

İlkbaharın üç ayında yeryüzündeki her şey gelişmeye başlar. Doğal dünya canlanmaya ve her şey serpilmeye başlar. İnsanlar gece geç yatıp sabah erken uyanabilir, bedenlerini rahatlatıp zihinlerini canlandırmak için saçlarını özgürce savurarak avluda yürüyüş yapabilirler. Böylesine doğal bir canlanma sürecinde insan, bunalmak yerine aktif olmalı, yoksun kalmak yerine ilerlemeli, yok olmak yerine cesaretlenmelidir. Bu, *chun* çi'ye (ilkbahar-çi) uyumlanmak demektir ve bu hayatı iyileştirmek için *dao*'dur (ilke). Bu kuralı bozmak karaciğeri bozabilir ve bunun sonucunda, yazın gelişime yardımcı olacak yetersiz kaynak sağlandığından dolayı, yaz aylarında soğuk hasarı ile karşılaşılır.

Qing Hanedanlığı'nda İmparatorluk Hastanesi'nde kullanılan masaj aletleri

Yazın üç ayı refah dönemidir. *Tian qi* (gökyüzü çi'si) *di qi* (yeryüzü çi'si) birleşir ve her şey çiçeklenir. İnsanlar geç yatıp erken kalkmalı, uzun sıcak günlerde nefret ve kaygıdan kaçınmalı, kendilerini mutlu etmeye çalışmalı ve çi'nin kolayca akmasını sağlamalıdırlar. Yazın hayata karşı alınacak bu tavır, zihnin neşeli halinin dışa yansıması gibidir. Bu, *xia qi*'ye (yaz-çi) uyumlanmak demektir ve bu, *yang sheng* (hayatı iyileştirmek) için *dao*'dur (ilke). Bu kuralı bozmak kalbe zarar verebilir ve bunun sonucunda sonbahar aylarında *jie nue* (sıtma); kışın ise direnç bulmak için sonbaharda yetersiz kaynak sağlandığından dolayı çeşitli hastalıklar ortaya çıkabilir.

Sonbaharın üç ayı *rong ping* (olgunlaşma) ayıdır. Sonbaharda hava soğuktur, rüzgâr eser ve hava açık görünür. İnsanlar tıpkı *ji* (tavuklar ve horozlar) gibi erken yatıp erken uyanmalıdırlar. Sonbaharın zihin karıştırıcı etkisini azaltmak için zihinlerini huzur içinde tutmalı, *qiu qi* (sonbahar-çi) dengesi için zihinsel aktiviteler yapmalı, *fei qi*'yi (akciğer çi'si) düzenlemek için hislerinin açığa çıkmasını engellemelidirler. Bu,

qiu qi'ye (sonbahar-çi) uyumlanmak demektir ve bu, *yang shou* (sağlığı iyileştirmek ve günlük hayatı düzenlemek) için *dao*'dur (ilke). Bu kuralı bozmak akciğerlere zarar verebilir ve kış için yeterli depolama yapılmadığından dolayı *sun xie*'ye (besinlerin sindirilmeden atılması) neden olabilir.

Kışın üç ayı depolama mevsimidir. Sular donar, toprak çatlar. *Yang*'ı rahatsız etmemek için dikkatli davranılmalıdır. İnsanlar erken yatmalı ve sabah geç uyanmalı; özel bir şeyi koruyormuş veya istedikleri bir şeyi elde ediyormuş gibi sakin kalmalıdırlar. Kendilerini soğuktan korumalı, sıcak tutmaya çalışmalı ve *yang qi* kaybını engellemek için terlemekten kaçınmalıdırlar. Bu, *dong qi*'ye (kış-çi) uyumlanmak demektir ve bu, *yang cang* (sağlığı iyileştirmek ve beden için gerekli depolamayı yapmak) için *dao*'dur (ilke). Bu kuralı bozmak *shen qi*'ye (böbrek çi'si) zarar verebilir ve takip eden aylar için gerekli olan enerjiyi azaltır. İlkbahar aylarındaki gelişme için yeterli kaynak olmadığından dolayı, ilkbaharda *wei jue*'ye (yetmezlik, halsizlik, kol ve bacaklarda soğukluk) neden olur.

Gıdalarla İlaçların Bütünlüğü

Bir hikâye vardır. Bir gün bir öğretmen öğrencisine, "benim için şifa etkisi olmayan bir ot getirebilirsen, hemen mezun olabilirsin" der. Öğrenci heyecanla uzaklaşır ve kendini şanslı hisseder. Fakat aradan günler geçtikten sonra boş ellerle döner ve öğretmenine "çare yok, mezun olamam" der. Öğretmen bunun nedenini sorar. Öğrenci "birçok ağacı ve çayırı gözlemledim. Bazılarını tanımlayamamış olsam da bunların hepsi şifalandırıcı" karşılığını verir. Öğretmen gülerek "sen öğrenimini çoktan tamamladın. Şimdi gidebilirsin" der.

Hem gıdalar hem de ilaçlar aynı doğal bitkilerden gelir. Bunların arasında belirgin bir fark yoktur. Bu nedenle GÇT'de diyetetik terapi vardır. *Shen Nong Ben Cao Jing*'de (Tarım Tanrısının İlaç Bilim Kuralları) kaydedilmiş 365 adet ot türü bulunmaktadır. Bunların oldukça büyük bir kısmı, hünnap, lotus veya bal gibi, yenilebilir niteliktedir. Tang Hanedanlığı döneminde Sun Simiao tarafından derlenmiş olan *Bei Ji Qian*

İlaçlı diyette sıklıkla ginseng kullanılmıştır

Jin Yao Fang (Acil Durumlar İçin Reçeteler) isimli kitapta diyetetik terapiye ayrılmış özel bir bölüm bulunmaktadır. Ming Hanedanlığı'nda Li Shinzen tarafından derlenen *Ben Cao Gang Mu* (Tıbbi Materyallerin Büyük İncelemesi) isimli kitapta, ilaç yapma amaçlı 200'den fazla yenilebilir ot ve sağlığı koruma ve diyet amaçlı birkaç 100 adet reçete vardır.

İlaçlı şarap kavanozu

Huang Di Nei Jing'de (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları), "beslenmek için beş çeşit tahıl, ilave destek için beş çeşit meyve, güçlenmek için beş çeşit hayvan ve besin açısından zenginleşmek için beş çeşit sebze" olduğu söylenir. Çeşitli türde gıda tüketilmesinin ve nitelik ve tad açısından uygun birleşimler yapılmasının önemi vurgulanır. GÇT'ye göre her bitki veya otun soğukluk, sıcaklık, ılık-

Geleneksel olarak, bedeni güçlendirmek için besinlerin ilaçlardan daha iyi olduğuna inanılır

lık ve serinlik niteliklerine sahip olması gerekir. Doğada soğuk ve serin halde bulunan krizantem ve maş fasulyesi gibi gıdalar, ısıyı düşürerek harareti giderebilir. Doğada sıcak ve ılık halde olan zencefil, sarımsak ve koyun eti gibi gıdalar *yang*'ı güçlendirerek soğukluğu yok edebilir. Fasulye ve tahıllar gibi bazı gıdalar ise doğada ılımlı, uysal haldedir. Bunun yanında, gıdaların özel tadları vardır. Bu yüzden farklı tadlar farklı etkilere neden olabilir. Örneğin, erik ve alıç gibi ekşi tadı olan meyveler terleme, ishal ve idrar yapamama sorununa iyi gelebilir. Mandalina kabuğu ve kudret narı gibi acı tada sahip olanlar ise ısıyı düşürür, kuruluğu önlemeye ve toksinlerin atılmasına yardımcı olur. Esmer şeker ve bal gibi tatlı olan yiyecekler vücudu besler ve rahatlatır. Acı biber gibi tadı buruk olan besinler çi'yi ve kan akışını güçlendirir.

Diyetetik terapi, gıdaları ilaç gibi tüketmek veya gıdalarla ilaçları birlikte almak anlamına gelir. Gıdalarla ilaçları birlikte almak; ot, bitki veya tahılların şifa özelliği ile diyetetik tadlarının avantajlarını kullanarak geliştirilmiş olan "ilaçlı yiyecek" olarak bilinir. Diyetetik terapide

çeşitlilik ve dozaj çok sıkı kurallara bağlıdır. Diyetetik terapinin etkileri herkes tarafından bilinmektedir. Günümüzde Çin'in birçok şehrinde "ilaçlı yiyecek" hizmeti veren restoranların sayısı hızla artmaktadır. Geleneksel "ilaçlı yiyecekler" modern bilimsel yaklaşımlardan da etkilenmiştir. Örneğin, zeytinyağının kan yağlarını düşürdüğü, sebzelerin vitamin ve lif açısından zengin olduğu, şarabın damar sertliğini giderdiği ve deniz ürünlerinin zekâyı geliştirdiği yaygın olarak bilinen şeylerdir.

Spor ve Sağlık

"Hayat, sporla iyileştirilir" söylemi modern Çin'de oldukça yaygın bir söylemdir. Aslına bakılırsa, bu yaklaşım önceki bütün uygarlıklar

Hunan Eyaleti'ne bağlı Ma Wang Dui şehrinde Batı Han Hanedanlığı dönemine ait bir mezardan çıkarılan, dao yin hareketlerini gösteren resimler

döneminde hekimler tarafından kabul görmüştür. Hua Tuo, "İnsanoğlu fiziksel aktivite yapmalıdır. Fiziksel aktivite sindirimi kolaylaştırır, kanı düzenler ve hastalıkları önler" demiştir. Sun Simiao ise, "hayatı iyileştirmenin anahtarı, düzenli fiziksel aktivite yapmaktır" ve "fiziksel aktivite çeşitli hastalıkları daha başlangıç aşamasında önler" demiştir.

Fiziksel aktivite ile sağlık konusundaki bu yaklaşım antik çağlara kadar uzanır. Hunan Eyaleti'ne bağlı Ma Wang Dui şehrinde Batı Han Hanedanlığı döneminde bir mezardan çıkarılan, *dao yin* (antik dönemlerde yapılan bir çeşit fiziksel egzersiz) ile ilgili bir resimde, farklı egzersizlerin farklı hastalıkları tedavi ettiği görülmüştür. Yine Han Hanedanlığı döneminde, Hubei şehrindeki bir mezardan çıkarılan *Yin Shu* (Görkemli Kitap) isimli başka bir kitapta, alt çene kemiğinin indirilmesi işlemi detaylı bir şekilde açıklanmıştır. Bu da antik dönemlerde *dao yin*'in "hastalıkları egzersiz yoluyla tedavi etme" anlamına geldiğini gösterir. Hua Tuo, Üç İmparatorluk Dönemi'nde, *wu qin xi* (beş hayvanın taklidi) olarak bilinen bir çeşit egzersiz formüle etmiştir. O zamanlardan sonra *dao yin* kavramı, hastalık tedavisinden hayatı iyileştirmeye dönüşmüştür.

Beş hayvan hareketi *wu xing* (beş element) teorisinin etkisi altında, kaplan, geyik, ayı, maymun ve turna kuşunun hareketleri taklit edilerek geliştirilmiştir. Hua Tuo'nun öğrencisi olan Wu Pu'nun bu hareketleri her gün yaptığı, 90 yaşının üzerinde olmasına rağmen işitme ve görme yetisinin çok iyi olduğu söylenirdi.

Beş Hayvan, Beş Element ve Beş Zang Organ İlişkisi

Beş element	*Ağaç*	*Ateş*	*Toprak*	*Metal*	*Su*
Beş hayvan	*geyik*		*ayı*	*turna*	*kaplan*
Beş zang organ		*kalp*	*dalak*	*akciğer*	*böbrek*

Sağlığı iyileştirme konusunda faydası bilinen ve GÇT'nin benimsediği bir diğer yöntem "çigong"dur. Bazı araştırmacılara göre, bazı çigong okulları 1.000 yıldan daha uzun bir süre uygulamalarını sürdürmüştür. Klasik kaynaklarda çigong'un Budizm ve Taoizm ile yakından ilişkisi

Beş hayvanın taklidini gösteren resim

vardır. Bununla birlikte, daha önceki uygarlıklar döneminde hekimlerin derlediği kitaplarda çigong'a rastlanmaz. Bu da çigong ile GÇT ilişkisinin çok yakın zamanlarda geliştiğini gösterir.

Gigong 1950'lerde bazı sağlık merkezlerinde uygulanmaya ve giderek tüm Çin'e yayılmaya başlamıştır. Çigong çalışmaları ve uygulamaları yapmak amacıyla bazı akademik enstitü ve kurumlar kurulmuştur.

Duygular ve Hastalıklar

Hastalıkların, yukarıda sözü geçen üç ana nedeninden biri yedi duygu bozukluğudur. Yedi duygu; neşe, öfke, derin düşünce, üzüntü, dehşet ve korkudur. Bunlar insanoğlunun normal duygularıdır. Fakat bu duyguların ani ve büyük değişimleri hastalıklara neden olur.

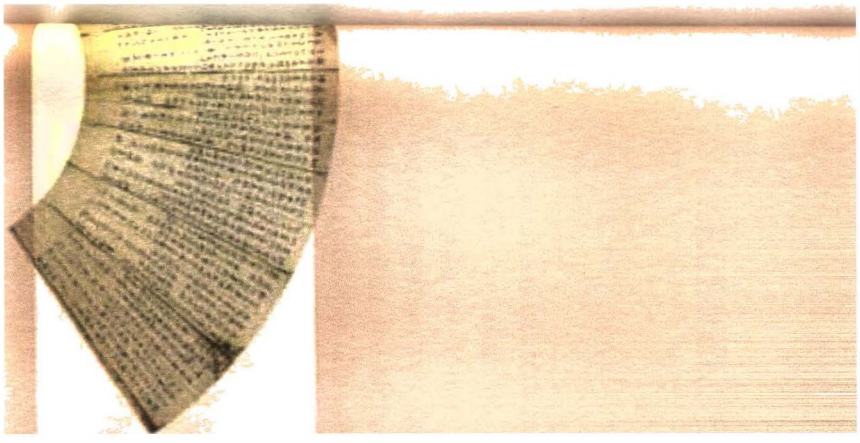
Tai Ci uygulamaları

GÇT'ye göre, duygulardaki aşırı değişimler iç organlara zarar verebilir. Aşırı öfke karaciğere, aşırı neşe kalbe, aşırı derin düşünce akciğere, aşırı dehşet ve korku böbreklere zarar verir. Duygulardaki aşırı değişim *çi*'nin hareket düzenini bozar. *Qi* geleneksel Çin kültüründe felsefi bir kavramdır ve *çi* yeryüzü ile gökyüzünün özü olarak görülür. Bu gözle görülmez fakat yaşam için son derece önemlidir. *Huang Di Nei Jing* (Sarı İmparator'un Tıp Kanunları); "bütün hastalıklar, *çi*'nin düzensizliğinden kaynaklanır. Aşırı öfke *çi*'nin yukarı doğru akmasına neden olur, aşırı neşe *çi* akışını yavaşlatır, aşırı derin düşünme *çi*'yi tüketir, aşırı dehşet *çi*'nin aşağı doğru akmasına, aşırı korku ise *çi*'nin durgunlaşmasına neden olur" der. Duyguların aşırı değişimi, *yin* ve *yang* dengesini de bozar. GÇT normal fizyolojik aktivitenin ön şartının, *yin* ve *yang* arasındaki denge olduğuna inanır. Fakat duygulardaki aşırı değişimler bu tür aktiviteleri kaçınılmaz bir şekilde olumsuz etkiler. Örneğin, ani ve aşırı neşe *yang*'a zarar verirken, ani bir öfke *yin*'in dengesini bozar. Ani bir öfke patlamasının ardından kan kusmak bu tür sonuçlara tipik bir örnektir.

Sonraki kuşaklar tarafından özetlenen dört nokta, birbiriyle ilişki halindedir. GÇT'de *yin* ve *yang*, iç organlar, *çi* ve kan birbirinden ayrı değil aksine birbiriyle etkileşim halindedir.

Sağlığın iyileştirilmesinde, normal bir mental duruma kavuşmak için duyguların düzenlenmesinin çok önemli olduğu vurgulanır. *Yang Sheng Yan Shou Lu* (Sağlığı İyileştirmek ve Ömrü Uzatmak Hakkında Belgeler) isimli kitabında Tao Hongjing, "sağlığı iyileştirmenin anahtarı uyumlu ve dengeli bir hal olan aşırı öfke ve kaygıdan kaçınmaktır. Zihin ve beden uyumunu yakalayan kişi uzun bir hayatın keyfini sürebilir" demiştir.

Qin Hanedanlığı'ndan, dao yin ile ilgili renkli resim



VIII
GELENEKSEL ÇİN TIBBININ MİRASI VE GELİŞİMİ

İnsan sağlığı için hizmet vermeye devam eden, "halen var olan tek Çin bilim ve teknoloji sistemi" olarak bilinen GÇT, hükümetin, bilimadamlarının ve halkın ilgisini çekmiştir. Uygulanabilir olan, uzun bir tarihe dayanan ve çok kıymetli bir kültürel miras olan GÇT'nin teorik sistemi, düşünce biçimi ve tedavi becerileri, üzerinde derin bir çalışma yapmaya değer olmuştur.

"Batı tıbbı ve GÇT birliği" ve "her ikisine de eşit derecede önem verme" şeklindeki devlet politikalarının koruma ve desteği ile GÇT'nin hayatta kalması garanti edilmiş ve GÇT üzerinde geçtiğimiz yarım yüzyılda yapılandan daha fazla araştırma yapılmıştır.

Geleneksel Çin Tıbbı İçin Standart Bir Sistem Kurulması

Temel GÇT teorileri ve farklı okulların düşüncelerine dayalı kapsamlı bir anlayışla, GÇT için "sendromların ayırt edilmesi" esasına dayalı bir

Çin'de yaklaşık 2.700 GÇT hastanesi bulunmaktadır. Pekin GÇT Hastanesi'nin resmi

standart geliştirilmiştir. Bu, GÇT'nin gelişim tarihinde büyük bir dönüşümdür.

19. yüzyılın ortalarında modern Batı tıbbı Çin'e yayılırken, GÇT hakkında birçok olumsuz ve kışkırtıcı yorumlar yapılmıştır. Böylesine kritik koşullarda GÇT camiası bu zorluklara göğüs germiş ve kendini savunmuştur. GÇT camiası uzun tartışmaların ardından GÇT ile Batı tıbbı ilişkisi konusunda daha net bir anlayış kazanmıştır. Fakat GÇT ile taban tabana zıt olan Batı tıbbının yeni sistemi ülkeye yayıldığında, akademiye üstün gelmeye başlamıştır. Farklı kültürler (özellikle felsefe) üzerine kurulmuş olan GÇT ve Batı tıbbının kendilerine ait farklı anlayışları; yaşamı, sağlığı ve hastalıkları iyileştirmede farklı yolları vardır. Bu nedenle her ikisinin de artı ve eksileri bulunmaktadır. Birbirlerini tamamlayabilirler ancak bir araya gelip kaynaşmaları oldukça zordur.

GÇT'nin artık kullanılmamasına yönelik tartışmalar GÇT camiasının dönüp kendine bakmasını sağlamış; GÇT kaynaklarının sistematize edilmesi, temel teorilerin tartışılması ve farklı düşünce okullarında araştırmalar yapılması konusunda onlara ilham vermiştir. GÇT'nin daha da geliştirilmesi ve standartlaştırılması amacıyla bir hareket başlamıştır.

1950'lerden sonra, Çin'in her yanında GÇT ders kitaplarının birleştirilmesini ve standart bir sistem sağlanmasını teşvik eden GÇT yükseköğrenim enstitüleri kurulmuştur. 1957 yılında aslen Nankin Tıp Akademisi tarafından düzenlemesi yapılan *Zhong Yi Xue Gai Lun* (GÇT'nin Esasları), ülke çapındaki tıp okulları ve üniversitelerde okutulan ilk ders kitabı olmuştur. Bu kitap sadece temel GÇT teorilerini ve klinik çerçeveyi değil, aynı zamanda "bütünlük" (GÇT'yi bütünsel bir sistem olarak görmek) ve "sendromların ayırt edilmesi" kavramlarını da içerir. 1960'ların başlarında Sağlık Bakanlığı tarafından, yüksekokul ve üniversite öğrencileri için ulusal standartlarda GÇT ders kitapları derlemek üzere uzman heyetler oluşturulmuştur. Bu derleme aynı zamanda, tıp sisteminde büyük bir gelişme ve ilerleme demekti. 20. yüzyılın sonlarında, devam eden değişiklikler, eklemeler, düzenlemeler ve gelişimler sayesinde 6 adet ders kitabının basımı tamamlanmıştır. Günümüze kadar, Çin tıbbının 30'dan fazla uzmanlık alanı vardır. Nispeten daha bütünsel bir GÇT sistemi oluşturulmuştur.

GÇT'nin standartlaştırılması, 20. yüzyılda akademik ilerleme anlamında da önemli bir kazanımdır. Çin Halk Cumhuriyeti'nin İlaçlar Kitabı'nın birçok versiyonun oluşturulması ve yayımlanması, ilaçların kalite ve standartlarına önemli ölçüde düzen getirmiştir. 1980 yılında Dünya Sağlık Örgütü ile Çinli akupunktur uzmanları, GÇT için "akupunktur noktalarının standartı", "meridyen pozisyonları", "kulak noktalarının ismi ve yeri" gibi pek çok standart geliştirmişlerdir. Daha sonra, "klinik kullanımda GÇT terimleri", "GÇT'de hastalık ve *zheng* sınıflandırması ve kodlanması", "GÇT'de tedavilerin iyileştirici etkilerinin standardı" gibi, devlet ilkeleri ve profesyonel kriterler yürürlüğe sokulmuştur. Bu kriterlerin oluşturulması, GÇT'nin modernleşmesi için bir gerekliliktir.

Geleneksel Çin Tıbbının Klinik Uygulamasında Gelişimler ve Yenilikler

20. yüzyıldan beri, özellikle de 1950'lerden sonra, GÇT uygulayıcıları keşifler yapmaya ve klinik uygulamalardan edindikleri deneyimleri bir araya toplamaya başlamışlardır. Bu durum, özellikle Batı tıbbının çaresiz kaldığı viral enfeksiyonlar, sakatlıklar, kalp ve beyin damarı hastalıkları ile kemik, cilt, kan hastalıkları ve kanser gibi baş edilmesi zor

Bir GÇT hekimi ilaç dükkânında uygulama yapıyor

olan hastalıklarda GÇT'nin klinik kullanımının gelişmesine katkı sağlamıştır. GÇT hastalıklarla savaşmada, tedavide daha yüksek avantajlar sağlayan birtakım yeni ve etkili formüller üretmiştir.

Batı tıbbı 100 yıldan daha uzun bir süreden beri, gerek çalışmaları gerekse modern bilim ve teknolojiyi kullanması sayesinde birçok hastalığın patolojisini ve nedenini ortaya çıkarmıştır. Koyduğu tanıların akla yatkın olduğu ve tedavi edici etkisi oldukça açıktır. Fakat bazı kronik hastalıkların patojenleri, Batı tıbbına göre hâlâ net değildir. Bazı hastalıklar, patojenleri belli olmasına rağmen ilaç veya ameliyat yoluyla tedavi edilememektedir. Kemoterapi, radyoterapi ve ameliyat Batı tıbbının çokça başvurduğu tedavi yöntemleri olmasına rağmen zehirlenme, bakterilerin ilaç toleransı kazanması, patojen çeşitliliği, organ hasarı veya kaybı gibi çeşitli yan etkileri de içlerinde barındırırlar. Aynı zamanda, çevrede ve yaşam stilinde yaşanan değişimler, insanların hastalık yelpazesinin de çeşitlenmesine ve genişlemesine neden olmuştur. Kardiyovasküler ve serebrovasküler hastalıklar ve kanser, insan sağlığını önemli ölçüde tehdit etmeye başlamıştır. Batı tıbbındaki sınırların darlığı, taşı-

dığı yan etkiler ve hatta yeni hastalıklara neden olması, yerini GÇT'nin "sendromların ayırt edilmesi" ilkesi altında getirdiği doğal şifa ve ilaçsız tedavileri sayesinde kendi özel rolünü oynamasına bırakmıştır.

Örneğin, felci ele alalım. 1980'lerden sonra GÇT, felcin sebebinin beyin damarlarında yattığını; felcin pıhtılaşmadan kaynaklı akış direnci ve akış durması sonucu oluştuğunu belirterek bu konuda daha ileri bir anlayış kazanmıştır. Böylece felç tedavisi konusunda da büyük ilerleme kaydetmiştir. Kronik serebral iskemi[1] probleminde GÇT'nin pıhtıyı temizleyip kanalları rahatlatarak uyguladığı tedavi %83.3 oranında, 158 hasta üzerinde yapılan iki haftalık çalışmalarda %51.3 oranında etkili olmuştur. Buna ek olarak, akupunktur ile felç tedavisinde büyük ilerleme kaydedilmiştir. Tianjin Üniversitesi'ne bağlı ilk hastanede yapılan klinik uygulamalar sonucunda, beyin kanaması, serebral palsi ve bulbar palsi tedavisinde %98'in üzerinde etkili bir yöntem olan "beynin tazelenmesi ve boşlukların açılması" denilen bir akupunktur yöntemi bulunmuştur.

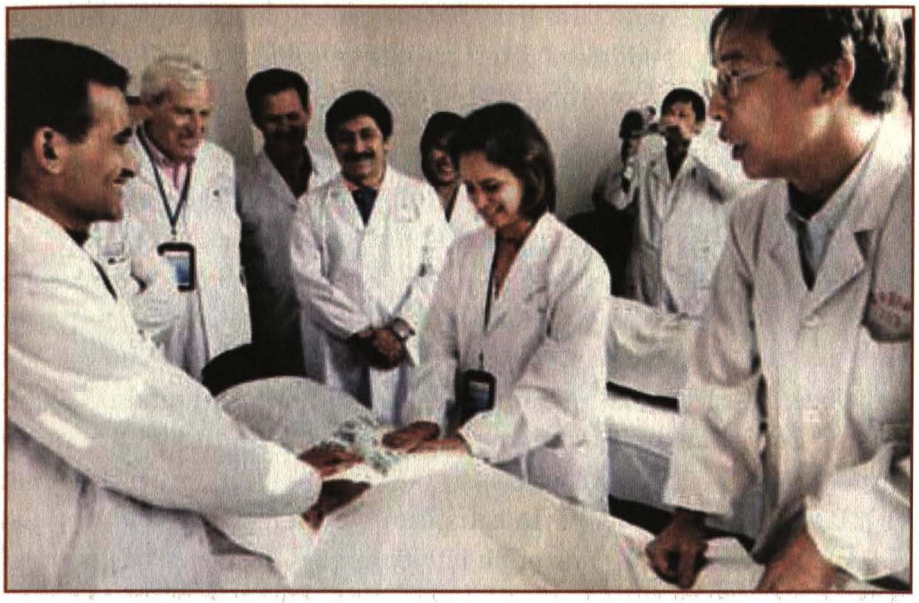
GÇT, 2003 yılında SARS virüsü mücadelesinde etkin bir rol oynamıştır. Virüsü henüz başlangıç aşamasında yakalayarak ve Batı tıbbı ile birlikte çalışarak tüm dünyanın dikkatini üzerine çekmiştir. AIDS'ten korunmada "sendromların ayırt edilmesi" ve Çin'e ait ilaçların birleşimi sayesinde oldukça çarpıcı kazanımlar elde edilmiş ve bu yöntemler Afrika sağlık destek projesinde başarıyla uygulanmıştır. Sıtma ile mücadelede, GÇT'nin en popüler ve en başarılı buluşu olan artemisinin,[2] dünyada sayısız hayatın kurtulmasını sağlamıştır.

Geleneksel Çin Tıbbı ile Batı Tıbbının Bütünleştirilmesi ve Geleneksel Çin Tıbbının Modernleşmesinin Teşvik Edilmesi

1949 yılında Çin Halk Cumhuriyeti'nin kuruluşundan beri, Çin hükümeti "GÇT ile Batı tıbbının bütünleştirilmesi" üzerinde ısrarla dur-

1 Kronik Serebral İskemi: Kısaca, kan akışındaki yetersizlikten dolayı beynin beslenememesi, beyne giden oksijenin yetersiz kalması, böylece metabolizmanın ihtiyaçlarının karşılanamaması şeklinde açıklanabilir. (YN)

2 Artemisinin: Pelin otundan elde edilen bir çeşit ilaç. Özellikle sıtma tedavisinde etkili olmasının yanında, pelin otu GÇT'nin sıklıkla kullandığı şifalı bir ottur. (YN)



Çin'de GÇT eğitimi alan uluslararası öğrenciler

muş ve kendini Çin tıbbının modernleşmesini teşvik etmeye adamıştır. Çin ve Batı tıbbının bütünselliği, Çin'in kendine özgü tıp modelidir; bu Çin'de sağlık koruması hizmetlerinin en önemli ayağı haline gelmiştir.

"GÇT ile Batı Tıbbının Bütünleşmesi", Batı tıbbındaki "hastalık" kavramı ile Çin tıbbındaki "sendrom" kavramının bir araya gelmesi anlamına gelir. "Hastalık ve Sendromun Birleşimi", anlamına göre iki türe ayrılabilir. İlk durumda, hastalık Batı tıbbı kriterlerine göre tanımlanır ancak Çin tıbbının terapi ve otları sayesinde tedavi edilir. Bu GÇT'nin klinik tedavilerinin ve daha da ötesi hastalık özelliklerinin belirlenmesindeki anlayışın gelişmesine katkı sağlar. Diğer durumda ise, hastalık yine Batı tıbbının kriterlerine göre tanımlanırken, Çin ve Batı tıbbının her ikisiyle tedavi edilir. Bu, her ikisinin de avantajlarının kullanılmasını sağlarken aynı zamanda Batı tıbbının toksik ve yan etkilerini azaltır. Bu bağlamda birçok durum vardır. Tianjin Akut Abdominal Hastalıkları Araştırma Enstitüsü, abdominal hastalıkların tedavisinde Çin ve Batı tıbbını bir arada kullanarak çok büyük bir ilerleme kaydetmiştir. Şiddetli akut kolanjit[3] nedeniyle ölüm oranı %20'den %5'e gerilemiş; şid-

3 Kolanjit: Safra kanallarının tahriş ve enfekte olması sonucu oluşan rahatsızlık. (YN)

detli akut pankreatit[4] ölümleri %20'ye düşmüştür. Cor pulmonale[5] ile birlikte seyreden enfeksiyonda; *yang*'ın ısıtılması ve suyun elimine edilmesiyle akciğerin rahatlatılması, nefes darlığının giderilmesi şeklinde uygulanan tedavinin, Batı tıbbının bakterifoyajı[6] ile birlikte kullanılması örneğinde olduğu gibi, tedavileri geliştirmenin, hastalık sürecini kısaltmanın, Çin ve Batı tıbbını bir arada kullanmanın birçok yolu vardır. Birtakım zorlu durumlarda (kanser, ciddi kalp ve beyin hastalıkları vb.) Batı tıbbındaki toksik ve yan etkiler, GÇT'deki "sendromların ayırt edilmesi" yöntemi uygulanarak azaltılabilir.

Şu anda Çin'de 200'den fazla Çin ve Batı Tıbbı Hastanesi bulunmaktadır. 10'dan fazla yükseköğrenim enstitüsünde GÇT ve Batı tıbbının birleşimi olan anadal vardır. Sıtmanın artemisinin ve türevleri ile tedavi edilmesi, akut promiyelositik lösemi tedavisi için arsenik trioksit kullanımı, kalp damar tedavisi ardından oluşabilecek restenozu önlemek için uygulanan kanı aktive edip durgunluğu gideren reçeteler örneklerinde olduğu gibi; Çin ve Batı tıbbının birleşimi sayesinde, yeni ve yaratıcı projeler çok önemli sonuçlar elde etmiştir. Yapılan çalışmalar, Çin ve Batı tıbbının bir arada kullanılmasının, her birinin tek başına kullanılmasından çok daha iyi sonuçlar verdiğini kanıtlamıştır. Bu da tıbbın geleceğinin bir göstergesidir.

Dünyada Geleneksel Çin Tıbbı

GÇT, son yıllarda eşi benzeri görülmemiş faydalar sağlamıştır. Akupunktur gibi GÇT tedavileri giderek dünyada yerini almış ve birçok ülkede sağlık hizmetlerinin bir parçası olmuştur.

GÇT'nin "doğal terapi" ve "yeşil terapi" gibi birçok özelliği ve "hastalığı önlemek tedavi etmekten daha iyidir", "hastalığı başlamadan tedavi etmek" şeklindeki algısı, birçok yabancı tarafından anlaşılmış ve iyi karşılanmıştır. Birçok yabancı Çin tıbbını belli hastalıkların tedavisinde daha iyi ve etkili bulmuş ve daha az yan etkisi olduğunu fark

4 Pankreatit: Pankreas iltihabı. (YN)
5 Cor Pulmonale: Akciğer hastalığına bağlı olarak gelişen kalp hastalığı. (YN)
6 Bakteriyofaj: Bakterileri enfekte eden virüs. (YN)

Yurtdışında bir şifalı ot dükkânı

etmiştir. Çok fazla sayıda yabancı GÇT'yi kabul etmeye başlamıştır. Örneğin İngiltere'nin GÇT ile tanıştığı 1980'lerde, ülke çapında 3000, sadece Londra'da 400 klinik ve eczane bulunmaktaydı. Batı tıbbının iyi işlemediğini düşünen birçok hasta GÇT'ye dönüş yaptı. GÇT, kaydedilmiş 200'den fazla tamamlayıcı tıp arasında oldukça dikkat çekmektedir ve Batı tıbbı uygulayıcıları tarafından en çok tercih edilen tamamlayıcı araçtır.

GÇT'nin dünyaya yayılma sürecinde, özellikle akupunktur çok olumlu karşılanmış hatta bazı ülkelerde çok tutulmuştur. 1980'lerde Dünya Sağlık Örgütü'nün 43 hastalığın tedavisinde akupunkturu desteklemesi, onun dünyanın diğer ülkelerindeki kullanımını da artırmıştır. İstatistikler, Amerika Birleşik Devletleri'nde 20.000 akupunktur uzmanı ile 40'tan fazla akupunktur okulu bulunduğunu göstermektedir. Almanya'da yapılan kamuoyu yoklamalarına göre, Alman hastaların %70.4'ü akupunktur tedavisi görmek istemekte, %31'i GÇT tedavisinden yararlanmakta ve birçok insan sonuçlardan memnun kalmaktadır.

Tamamlanmamış istatistiklere göre, Çin 70'ten fazla ülke ve bölgenin resmi sağlık kurumlarıyla ortaklık anlaşmaları yapmıştır. GÇT 140'tan fazla ülke ve bölgeye yayılmış durumdadır. Şu anda Çin'in dışında, sayıları 50.000'den fazla Çin tıbbı ve akupunktur enstitüsü, 20.000'in üzerinde Çin tıbbı uygulayıcısı ve 100.000'den fazla akupunktur uzmanı bulunmaktadır.

Çin tıbbı aynı zamanda, Çin dışındaki birçok ülkede insanların dikkatini çekmiştir. Çin tıbbı eğitimi almak için her yıl yurtdışından yüzlerce öğ-

renci Çin'e gelmektedir. Bunlara ek olarak, bazı ülke ve bölgelerin öğrencileri arasında GÇT ders kitapları giderek daha da popüler hale gelmektedir.

Ek-1 Çin Hanedanlıklarının Kronolojik Tablosu

Paleolitik Dönem	1.700.000-10.000 yıl önce
Neolitik Çağ	10.000-4.000 yıl önce
Xia Hanedanlığı	MÖ 2070–MÖ 1600
Shang Hanedanlığı	MÖ 1600–MÖ 1046
Batı Zhou Hanedanlığı	MÖ 1046–MÖ 771
İlkbahar ile Sonbahar Dönemi	MÖ 770–MÖ 476
Savaşan Beylikler Dönemi	MÖ 475–MÖ 221
Qin Hanedanlığı	MÖ 221–MÖ 206
Batı Han Hanedanlığı	MÖ 206–25
Doğu Han Hanedanlığı	25–220
Üç Krallık	220–280
Batı Jin Hanedanlığı	265–317
Doğu Jin Hanedanlığı	317–420
Kuzey ve Güney Hanedanlıkları	420–589
Sui Hanedanlığı	581–618
Tang Hanedanlığı	618–907

Beş Hanedanlık	907–960
Kuzey Song Hanedanlığı	960–1127
Güney Song Hanedanlığı	1127–1279
Yuan Hanedanlığı	1206–1368
Ming Hanedanlığı	1368–1644
Qing Hanedanlığı	1616–1911
Çin Cumhuriyeti	1912–1949
Çin Halk Cumhuriyeti	1949'da kurulmuştur